

2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Marco André Bastos Silva

## **RELATÓRIO DE ESTÁGIO PROFISSIONAL**

### **AGIR E REFLETIR: A CHAVE PARA O SUCESSO**

Relatório de Estágio Profissional apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto com vista à obtenção do 2º Ciclo conducente ao grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (Decreto- Lei nº74/2006, de 24 de Março e Decreto-Lei nº43/2007, de 22 de Fevereiro)

Professora Orientadora: Profª Doutora Olga Vasconcelos

Porto, julho de 2014

### **Ficha de Catalogação**

**Silva, M. A. B.** (2014). Agir e refletir: a chave para o sucesso. Porto: M. Silva. Relatório de estágio profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

**PALAVRAS-CHAVE:** ESTÁGIO PROFISSIONAL, PROFESSOR, REFLEXÃO, MOTIVAÇÃO, COORDENAÇÃO MOTORA, MOVEMENT ASSESSMENT BATTERY FOR CHILDREN 2.

“Educação não transforma o Mundo...

Educação muda pessoas...

Pessoas transformam o Mundo...”

(Paulo Freire)



## **AGRADECIMENTOS**

Pelo importante auxílio, colaboração e ajuda que diversas pessoas me transmitiram, expresso a minha sincera gratidão:

À FADEUP e ao ISMAI pela formação que me proporcionaram;

Ao Agrupamento Vertical Clara de Resende por me ter acolhido no EP e ter contribuído para a minha formação;

À professora Olga Vasconcelos, pelo seu auxílio, conhecimentos e profissionalismo transmitidos;

À professora Maria José Cardoso, por todo o apoio e preocupação demonstrados;

Aos meus pais, por me terem ajudado sempre a chegar até aqui;

À Nati, pela ajuda e apoio incondicional transmitido nas situações de desânimo e desespero.

À Carla Santos, por me ter fornecido os questionários e ajudado no tratamento estatístico.

Aos meus colegas do NE pelos momentos de partilha;

A todos os professores de EF da minha escola, por me terem acolhido tão bem.

Aos meus queridos alunos, por todas as alegrias que me proporcionaram.

**A TODOS, MUITO OBRIGADO!**



## **ABREVIATURAS**

AAE- Associação Académica de Espinho

AD- Avaliação Diagnóstica

AF- Avaliação Formativa

AS- Avaliação Sumativa

AVCR- Agrupamento Vertical Clara de Resende

CVE- Clube Voleibol de Espinho

EF- Educação Física

EP- Estágio Profissional

FADEUP- Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

ISMAI- Instituto Superior da Maia

MABC-2- Movement Assessment Battery for children 2

MI- Membros Inferiores

MS- Membros Superiores

NE- Núcleo de Estágio

PA- Planeamento Anual

PFI- Projeto de Formação Individual

RE- Relatório de Estágio

UD- Unidade Didática





## ÍNDICE GERAL

Agradecimentos	V
Índice de quadros	XI
Índice de figuras	XIII
Índice de anexos	XV
Resumo	XVII
Abstract	XIX
1. Introdução	21
2. Dimensão Pessoal	25
2.1. Enquadramento Biográfico	27
2.2. Expetativas em relação ao Estágio Profissional	28
3. Enquadramento da Prática profissional	31
3.1. Entendimento do Estágio Profissional	33
3.1.1- Realidade encontrada	34
3.2. Enquadramento Institucional	35
3.2.1. Agrupamento Vertical Clara de Resende	36
3.2.2. Núcleo de Estágio	36
3.2.3. Caracterização da Turma	37
4. Realização da Prática Profissional	49
4.1. Área 1 – Conceção, planeamento, realização e avaliação do ensino	51
4.1.1. Conceção	51
4.1.2. Planeamento	52
4.1.3. Realização	53
4.1.4. Avaliação	54
4.2. Área 2 – Conceção, planeamento de atividades (Escola e comunidade)	56
4.2.1. Projeto “Clara solidária”	56
4.2.2. Direção de Turma	57
4.2.3. Torneio de Futebol	60
4.2.4. Torneio de Street Basket 3x3	62
4.3 Área 3 – Desenvolvimento Profissional	63
4.3.1. Projeto de Formação Individual (PFI)	63

5. Estudo	65
5.1. Introdução	67
5.2. Justificação do tema do Estudo face ao contexto de Estágio	68
5.3. Metodologia	69
5.4. Resultados	72
5.5. Discussão	76
5.6. Conclusão	78
5.7. Bibliografia	79
6. Conclusão e perspetivas para o futuro	81
7. Síntese Final	85
8. Referências Bibliográficas	89
9. Anexos	XCIII

## ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1.....	Pág. 37
Quadro 2.....	Pág. 37
Quadro 3.....	Pág. 39
Quadro 4.....	Pág. 41
Quadro 5.....	Pág. 41
Quadro 6.....	Pág. 41
Quadro 7.....	Pág. 42
Quadro 8.....	Pág. 42
Quadro 9.....	Pág. 43
Quadro 10.....	Pág. 45
Quadro 11.....	Pág. 45
Quadro 12.....	Pág. 72
Quadro 13.....	Pág. 73
Quadro 14.....	Pág. 73
Quadro 15.....	Pág. 74
Quadro 16.....	Pág. 74
Quadro 17.....	Pág. 75
Quadro 18.....	Pág. 75



## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.....	Pág. 38
Figura 2.....	Pág. 40
Figura 3.....	Pág. 40
Figura 4.....	Pág. 41
Figura 5.....	Pág. 42
Figura 6.....	Pág. 43
Figura 7.....	Pág. 44
Figura 8.....	Pág. 44
Figura 9.....	Pág. 45
Figura 10.....	Pág. 46
Figura 11.....	Pág. 69
Figura 12.....	Pág. 70



## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Ficha de caracterização individual do aluno.....	XCIV
Anexo 2: QMAD .....	XCVI
Anexo 3: IMAD .....	XCVIII





## RESUMO

A elaboração do presente documento nasce no âmbito da Unidade Curricular do Estágio Profissional inserida no plano de estudos da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, relativo ao Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. A sua realização visa documentar as atividades desenvolvidas ao longo do Estágio Profissional, que decorreu no Agrupamento Vertical Clara de Resende, através de uma análise crítica e reflexiva de todo o processo. O Estágio Profissional neste agrupamento é constituído por um núcleo de estágio compostos por três elementos, dois do sexo masculino e um do sexo feminino, sob orientação de uma professora cooperante, professora da escola e da professora orientadora da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. O presente Relatório de Estágio apresenta uma estrutura que se centra essencialmente em seis capítulos. O primeiro capítulo diz respeito à “Introdução”. O segundo capítulo diz respeito à “Dimensão Pessoal”, fazendo referência a uma reflexão autobiográfica no qual relato a minha história desportiva e o meu percurso académico, bem como as expectativas e impacto no contexto de estágio, ou seja, as expectativas iniciais e a realidade encontrada. Relativamente ao terceiro capítulo “Enquadramento da Prática Profissional” é referenciado o meu entendimento acerca do Estágio Profissional bem como a sua caracterização, a nível institucional e da turma A do 9º ano e da turma C do 8º ano de escolaridade, as turmas que lecionei em diferentes períodos. O quarto capítulo “Realização da Prática Profissional ” é o ponto central da minha prática pedagógica. Aqui, são abordadas questões que me foram surgindo durante o Estágio Profissional relativas à gestão e controlo da turma tais como: os momentos de observação, a influência da reflexão na atuação do professor; a relação entre professor e aluno: “Como comunicar com os meus alunos?” e o papel do diretor de turma, que considero ser muito mais que um docente. Neste capítulo são também referenciadas as participações nas atividades extracurriculares. No quinto capítulo “Estudo” diz respeito ao trabalho de investigação-ação. Por fim, no sexto capítulo “Conclusão e perspetivas para o futuro”, é destacada a importância que esta experiência teve na minha vida bem como perspetivas para o meu futuro.

**PALAVRAS-CHAVE:** ESTÁGIO PROFISSIONAL, PROFESSOR, REFLEXÃO, MOTIVAÇÃO, COORDENAÇÃO MOTORA, MOVEMENT ASSESSMENT BATTERY FOR CHILDREN 2.



## ABSTRACT

The preparation of this document is under the Professional Teacher Training, included in the curriculum of the FADEUP for the Master of Teaching Physical Education in Elementary School and Middle School Education. Bringing it aims to document the activities undertaken during the Stage, which took place at the Agrupamento Vertical Clara de Resende, through critical analysis and reflective of the entire process.

The EP in this school, consisted in one NE composed with three elements, two boys and one girl. This NE was under the direction of PC and PO, teacher of the Faculty of Sports of the University of Porto.

This placement Report presents a framework that focuses primarily on six chapters. The first chapter concerns the “Introduction”. The second chapter is related to the “Personal Education”, referencing an autobiographical reflection where sports reporting my story and my academic as well as the expectations and impact with the context of the stage, in other words, the initial expectations and reality found. Regarding the third chapter “Framework of the professional practice” will be referred to my understanding of the EP as well as their characterization at the institutional level and the class A of the 9<sup>th</sup> grade, the classe I taught. The fourth chapter “Achievement of the professional practice” will be the central point of my teaching practice. Here, I will address issues that arose during the EP relating to the management and control of the class: 2<sup>nd</sup> moment of observation; the influence of reflection on the teacher’s performance; the relationship between the teacher and student: “How to communicate with my students?” and the class teacher that I consider much more than a teacher. In this chapter I will also talk about my presences in the extracurricular activities. In the fifth chapter “Study”, refers to the action-research work entitled: Finally, in the sixth chapter “Conclusions and prospects for the future” is given the importance that this experience has ad on my life as well as my perspectives that I have for my future.

**KEYWORDS:** PROFESSIONAL PRACTICUM; TEACHER; REFLEXION; MOTIVATION; MOTOR COORDINATION; MOVEMENT ASSESSMENT BATTERY FOR CHILDREN 2.



## **1- INTRODUÇÃO**



O Estágio Profissional (EP) representa o culminar de todo o processo de formação na área pedagógica. Ao longo dos quatro anos da minha vida académica, adquiri conhecimentos teóricos, que, apesar de terem sido utilizados no 1º ano do corrente Mestrado nas didáticas específicas, só assumiram a sua verdadeira importância quando foram aplicados no EP.

Como futuro professor de Educação Física, este ano possibilitou-me uma oportunidade para perceber as diferenças que existem e distinguem a teoria da prática, bem como a hipótese de aprender a contornar e enfrentar, sem problemas, as situações técnico-pedagógicas do ensino e de aprendizagem que foram surgindo no decorrer do ano letivo. Considero este ano como singular, pois definiu a passagem de estudante para professor, um procedimento de evolução que marcará para sempre a minha vida enquanto docente.

Neste RE, vou tentar resumir todas as etapas pelas quais passei e que compõem o enorme puzzle deste ano de estágio. Sendo assim, a realização deste relatório tem como objetivo analisar as atividades desenvolvidas ao longo do EP, através de uma análise crítica e reflexiva de todo o processo. Na ótica de Albuquerque et al. (2005), a habilidade reflexiva, a competência de ensino e a integração social são atributos que definem um profissional reflexivo, que arroga teorias sobre os currículos, sobre o ensino, sobre os alunos, sobre a comunidade escolar envolvente, sobre os aspetos socioprofissionais e sobre as relações humanas e institucionais.

No que diz respeito à organização do RE, este será constituído por seis capítulos: “Introdução”, “Dimensão Pessoal”, “Enquadramento da Prática Profissional”, “Realização da Prática Profissional”, “Estudo” e “Conclusão e Perspetivas para o Futuro”. Possuirá também um capítulo onde será referenciado o Estudo realizado ao longo do estágio. O seu objetivo foi analisar as diferenças de coordenação motora entre os alunos motivados e os não motivados para a prática desportiva. O capítulo 1 dá a conhecer o meu percurso pessoal e académico, bem como as expectativas para o estágio profissional. O capítulo 2 descreve o que eu entendo do estágio profissional, da escola como instituição e a comunidade educativa. No capítulo 3- será descrito todo o meu processo enquanto professor, segundo três áreas: Área 1 – “Conceção, planeamento, realização e avaliação do ensino”, as Área 2 – “Conceção e planeamento das atividades (Escola e comunidade)” e a Área 3 – “Desenvolvimento Profissional”. Segue-se uma parte onde faço uma reflexão sobre o ano de estágio e, por último, uma conclusão de todo o caminho que percorri, tal como as perspetivas em relação ao meu futuro.

Nestes cinco anos de licenciatura e mestrado foram várias as dificuldades e exigências que encontrei. No entanto, considero que a superação de todas elas contribuíram para o meu crescimento enquanto pessoa e também para a minha formação académica. Neste ano de estágio, procurei colocar em prática tudo o que aprendi, tendo como base os ensinamentos que adquiri como aluno. Por outro lado, tudo o que concretizei ao longo deste ano, estará certamente presente na minha vida enquanto professor.



## **2- DIMENSÃO PESSOAL**



Este capítulo tem como objetivo dar a conhecer-me, ou seja, pretendo descrever todo o meu percurso pessoal e académico, bem como as expectativas para o estágio profissional.

Foram vários os motivos que me fizeram optar por este caminho e escolher o desporto e a educação como uma forma de estar na vida. Sem dúvida que as várias experiências que tive nestas áreas influenciaram a minha decisão e tiveram um papel fundamental no meu desenvolvimento pessoal.

## **2.1- Enquadramento biográfico**

A prática do estudante-estagiário é influenciada pelo seu percurso biográfico e pelas suas vivências, daí a pertinência deste item do RE: a reflexão autobiográfica. Assim sendo, começarei por me apresentar e relatar o meu percurso vivido até então, como forma de apresentação.

Sou o Marco, nasci em Portugal, mais concretamente no Porto, no entanto, a minha vida foi feita em Espinho, cidade onde vivo e cresci. Desde novo, a ligação que tive com o Desporto foi muito forte, pois para além de ser bastante competitivo na maioria das brincadeiras entre amigos, cresci muito perto do estádio de futebol do Sporting Clube de Espinho e do seu pavilhão Gimnodesportivo. Assim sendo, o desporto está presente na minha vida desde quando tinha tenra idade, pois era frequente ver os jogos de futebol e voleibol com o meu pai. Fui praticante de natação e futebol no Sporting Clube de Espinho mas oficialmente, a minha ligação ao Desporto surgiu em 2002, quando me tornei atleta federado de voleibol na AAE. A formação que obtive neste clube foi bastante enriquecedora a vários níveis e jamais a irei esquecer, porque através dela construí amizades que ainda se mantêm nos dias de hoje e conheci pessoas que tiveram um papel fundamental na divulgação do desporto português a nível internacional, são os casos do Miguel Maia e João Brenha. Praticar uma modalidade como o voleibol, fez-me entender que o alcance de um objetivo só é possível através do trabalho e da necessidade constante de superação. Deu-me a conhecer a área de Desporto como opção profissional, por isso, no 10º ano fui para o Curso Tecnológico de Desporto e após finalizar o 12º ano, ingressei no Curso de Educação Física e Desporto no Instituto Superior da Maia (ISMAI), onde fiz todo o meu percurso da Licenciatura. Durante este percurso de três anos, fiz amizades para a vida, conheci a minha namorada e adquiri ensinamentos que me foram bastante úteis. No entanto, a verdadeira

experiência de docência sabia que não a conseguiria lá e, desta forma, escolhi completar a minha formação com a concretização do Mestrado na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP), que me poderia proporcionar a habilitação profissional para a docência.

Em retrospectiva, considero que os três anos no ISMAI e os dois na FADEUP, contribuíram para a minha formação que foi bastante enriquecedora. Estas instituições forneceram-me instrumentos indispensáveis para encarar a profissão docente, apesar de ter consciência do cenário pouco positivo em torno do emprego na Educação.

## **2.2- Expetativas em relação ao Estágio Profissional**

Sentia-me bastante motivado para esta nova etapa, pela chegada do ano em que poderia ser professor. Daí ter expetativas bastante elevadas para este ano de estágio. O fato de saber que iria enfrentar obstáculos fez com que a vontade de embarcar nesta viagem fosse maior, pois teria de ser autónomo na criação de estratégias para os ultrapassar. Sendo assim, considerei que o principal responsável pelo sucesso obtido dependesse fundamentalmente de mim.

Posto isto, resta descrever as minhas expetativas em relação a este ano que foi único. Relativamente à competência do EP, esperei essencialmente colocar em prática todos os conhecimentos teóricos adquiridos e verificar como seria a integração no seio de uma comunidade escolar.

No que diz respeito ao Agrupamento no qual fui inserido, apesar de não o conhecer, esperava por parte dos professores uma boa receção, considero esta recetividade fundamental para a minha integração na escola, mas este aspeto nunca me atormentou, porque sempre fui uma pessoa bastante sociável e capaz de criar novas ligações.

A principal dificuldade que esperava encontrar, estava relacionada com os protagonistas desta viagem, ou seja, os meus alunos. “Como serão eles?”, “Irei ser eu capaz de os controlar?”. No fundo todas as minhas incertezas baseavam-se apenas numa pergunta: “Serei um bom professor?”. Só iria obter resposta a esta questão no final deste caminho. No entanto, não importava quais as respostas às minhas questões, pois o importante era dar o meu melhor para que no final independentemente dos meus resultados, soubesse que fiz tudo para ter sucesso.

Tal como disse Nóvoa (2008, p.44), “*A profissionalidade docente não pode deixar de se construir no interior de uma personalidade do professor.*” Um bom professor deve ser detentor de vários tipos de conhecimento, fundamentalmente daquilo que ensina; deve compreender os sentidos da instituição escolar e aprender com os professores mais experientes (cultura profissional).



### **3- ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL**





“A escola não é um obstáculo, é o que nos ajuda a passar por eles.”

Erick Barragon.

A escola tornou-se a minha segunda casa e os meus alunos a minha família, foi desta forma que encarei o estágio. O facto de ter tornado esta etapa tão pessoal, fez com que os laços criados se tornassem inesquecíveis. Os meus alunos e esta escola superaram as minhas expectativas.

O presente capítulo pretende dar a conhecer o entendimento que tinha sobre o EP e as expectativas que tinha acerca do mesmo. Descreve também a escola como instituição e a comunidade educativa interna e externa. O NE está presente neste capítulo, visto que muito do trabalho realizado, foi feito com o mesmo.

### **3.1. Entendimento do Estágio Profissional**

Em 2011 terminei a minha Licenciatura no ISMAI. O ano seguinte foi um dos piores da minha vida. Não pude entrar no Mestrado devido a burocracias que o ISMAI me impôs e tive que ficar um ano a ver a vida a passar sem poder fazer nada. Apesar de ter sido um ano complicado, esta fase ajudou-me a amadurecer (pois comecei a trabalhar) e, ao mesmo tempo, deu-me oportunidade de repor as energias após 15 anos de estudo. Os primeiros meses foram difíceis, no entanto, decidi encarar a situação pelo lado positivo. A melhor lição que tirei destes 12 meses foi que devemos lutar sempre pelos nossos sonhos, ainda que a vida nos pregue algumas partidas.

Ingressar no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário foi a concretização do meu maior sonho, pois desde pequeno quis ser professor de Educação Física. Tinha noção que não ia ser fácil adaptar-me a uma nova instituição, com metodologias completamente diferentes, no entanto, optei por encarar esta fase como um desafio, suportando-me no apoio da minha namorada, que estava a terminar este mesmo Mestrado. Ela fez-me ver que a dimensão e a união que a FADEUP possui podem, sem dúvida, fazer a diferença na qualidade de um professor de Educação Física.

O EP é a componente mais importante deste percurso de dois anos, pois é nele que colocamos em prática todos os ensinamentos adquiridos. O meu maior receio estava relacionado com a disciplina da turma, porque já não ia ter os meus colegas para me ajudar, e teria de encontrar estratégias para controlar uma turma de 29 alunos sozinho. Este medo dissipou-se quando comecei a lecionar aulas, aí percebi que a minha vocação estava relacionada com o ensino. Para além de não ter tido dificuldade em controlar a turma, consegui transmitir com clareza a matéria presente no Programa Nacional de Educação Física, com o objetivo de contribuir para a formação integral dos meus alunos.

Tal como refere Alarcão (1997, p.9), *“a prática pedagógica não deve ser independente do resto do curso. Antes pelo contrário, deve ser nele integrado como o momento, por excelência, da integração de saberes e a ponte entre dois mundos que, no seu conjunto e nas suas inter-relações, constituem o seu enquadramento formativo institucional: o mundo da escola e o mundo da instituição da formação inicial. É muito mau para o desenvolvimento pessoal e profissional do professor quando estes dois mundos se desconhecem ou contradizem. Por isso é fundamental a organização da prática pedagógica segundo um princípio de relação interinstitucional.”*

### **3.1.1- Realidade encontrada**

Após terem começado as aulas, todos os meus receios se dissiparam. Verifiquei que o ambiente era muito melhor do que esperava encontrar, não só referente aos professores, como também ao NE. Este último, mostrou desde início ser um grupo unido e trabalhador.

O primeiro impacto que tive com a PC foi na FADEUP. Desde logo, fiquei com boa impressão, pois aparentou ser uma pessoa bastante acessível e disponível a ajudar. Foi sem dúvida uma mais-valia para mim poder contar com ela, porque sempre me ajudou a escolher as melhores estratégias para conseguir atingir os meus objetivos.

Inicialmente a relação com os restantes professores de EF da escola não existiu, uma vez que eles não frequentavam o gabinete de EF. No entanto, com o decorrer do ano letivo e à medida que fomos interagindo, todos se mostraram disponíveis em ajudar no que fosse preciso. Tive uma empatia especial com um professor, porque ele é treinador no clube onde joguei voleibol, a AAE. O fato de o conhecer ajudou-me na

medida em que, partilhou comigo episódios dele enquanto professor, que fizeram com que eu não cometesse certos erros que certamente poderiam acontecer a um professor iniciante.

Por fim, em relação aos meus alunos do 8ºC, optei por adotar uma postura de professor amigo e compreensivo, pois tal como refere Freire (1972, p.56), *“Importante na escola não é só estudar, é também criar laços de amizade e convivência.”* Apesar de não considerar totalmente errada esta abordagem, a reflexão fez com que percebesse que a minha atitude não foi a mais pedagógica, pois os alunos não conseguiram fazer a distinção de papéis (professor/aluno). Aqui, tive de mudar radicalmente, assumindo uma postura dura e inflexível, pois só assim eles entenderam qual o comportamento que deveriam adotar nas aulas.

Sou trabalhador/estudante e inicialmente os horários eram compatíveis. No entanto, com a mudança do meu contrato de trabalho surgiram incompatibilidades, tendo infelizmente de trocar de turma. Como sempre, a PC demonstrou bastante acessibilidade, deixando-me trocar de turma. Sendo assim, passei a ser professor do 9ºA. A experiência anteriormente vivida ajudou-me a encarar de forma diferente a abordagem inicial à turma. Estava perante alunos mais velhos e, por sinal, mais maduros. Isto fez com que a minha integração na turma fosse mais fácil e enriquecedora.

### **3.2- Enquadramento institucional**

Os dias que antecederam à colocação dos estudantes-estagiários nas escolas foram de bastante nervosismo, pois a realidade em que cada escola está inserida pode variar.

Um sem número de sentimentos e pressentimentos arrasaram-me durante todo o processo de concurso e colocação na escola, para o tão esperado ano de estágio. E, por fim, quando soube que fiquei neste agrupamento, admito que fiquei surpreendido, pois não estava à espera de ficar tão longe de casa. No entanto, fiquei contente por saber que é uma escola com boas instalações para a prática de Educação Física.

### **3.2.1- Agrupamento Vertical Clara de Resende**

O atual Agrupamento, fundado no ano de 1949 com o nome de Escola Técnica Elementar Clara de Resende, tinha funções complementares à Escola Comercial Filipa de Vilhena. A sua fundação teve como objetivo primordial ministrar o Ciclo Preparatório do Ensino Técnico, destinado exclusivamente ao género feminino.

No que respeita às atuais instalações, são as mesmas desde o ano letivo de 1959-1960. Situa-se na freguesia de Ramalde, no concelho e distrito do Porto. No ano de 1978 a instituição alterou a sua designação para Escola Secundária Clara de Resende. Contudo, esta formatação não se manteve durante muito tempo, adquirindo mais tarde a nomeação de Escola Secundária com 3º Ciclo Clara de Resende. E de novo, no ano letivo de 2004-2005, passando a ser Sede do Agrupamento Vertical Clara de Resende, compreendendo assim a Escola S/2,3 Clara de Resende e a Escola Básica do 1º Ciclo nº47 (atualmente designada por Escola Básica do 1º Ciclo João de Deus).

Para o ensino da disciplina de EF, a escola dispõe de um Pavilhão Gimnodesportivo composto por marcações do campo de Voleibol e Badminton; um campo exterior coberto que pode ser dividido em dois campos caso seja necessário. Aqui, podem ser lecionadas modalidades tais como: Futebol, Andebol e Basquetebol. Existe ainda uma pista ao ar livre com o comprimento de 60 metros e uma caixa de areia onde são lecionadas todas as modalidades do Atletismo.

O agrupamento está inserido numa comunidade de classe média onde a maior parte dos indivíduos detêm um certo volume de recursos económicos, culturais e sociais.

### **3.2.2- Núcleo de Estágio**

Em relação ao NE apenas conhecia um dos elementos. Para além de termos frequentado a mesma instituição na licenciatura, também a conhecia de Espinho, a nossa cidade de residência. Isto fez com que a minha integração no NE fosse mais fácil. O Marcos, o outro elemento deste grupo, apenas o conhecia de vista.

Na maioria das tarefas que foram surgindo ao longo do ano, trabalhamos em equipa havendo troca de ideias que nos ajudaram a concluir os trabalhos com sucesso. Cada um era responsável pela sua turma e pelo respetivo planeamento. No entanto, na prática, o núcleo também mostrou ser coeso, ajudando-se nas aulas. Numa fase inicial,

para controlar melhor cada uma das turmas, decidimos se caso fosse necessário estar presentes nas aulas e ter um papel ativo no que diz respeito a aspetos organizacionais.

Sem dúvida que o bom relacionamento entre os meus colegas me ajudou a seguir os melhores caminhos e procurar as decisões mais corretas.

### 3.2.3- Caraterização da Turma

É importante ter um conhecimento geral acerca da turma, visto que o ensino é dirigido para os alunos. A turma foi questionada sobre alguns dos seus antecedentes escolares até ao momento, assim como as suas preferências de disciplinas. Foram contemplados aspetos como a disciplina que mais gostam e que menos gostam, o grau de parentesco dos encarregados de educação. Foi igualmente perguntado se os alunos já frequentavam esta escola.

#### Dados Biográficos

##### Género dos alunos

Quadro 1: Género dos Alunos

<b>Sexo</b>	<b>Masculino</b>	<b>Feminino</b>
<b>Nº de Alunos</b>	19	9

Na tabela 1, podemos verificar que a turma é constituída por cerca de 68% (19) de alunos do sexo masculino, e por 9 alunas do sexo feminino, aproximadamente 32% (9).

##### Idade dos alunos

Quadro 2: Idade dos Alunos

<b>Idade</b>	<b>Doze</b>	<b>Treze</b>	<b>Catorze</b>
<b>Nº de Alunos</b>	4	22	2

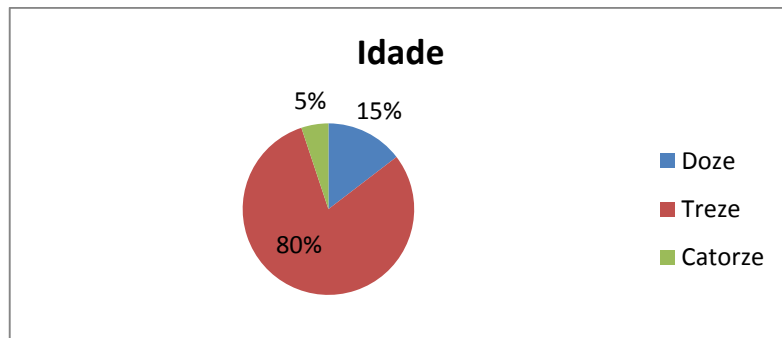


Figura 1: Idade dos Alunos

No que diz respeito às idades dos alunos da turma, podemos concluir que 14% da turma é composta por alunos com doze anos. A maior parte dos deles tem treze anos, ou seja 79 %. Existem ainda 2 alunos com catorze anos 7%.

## Caraterização do Agregado Familiar

Na ficha de caraterização individual do aluno, os alunos foram questionados sobre a constituição do seu agregado familiar, isto é, por quantas pessoas era constituído o agregado, os seus respetivos dados e quem eram os Encarregados de Educação bem como a sua caraterização.

Em baixo, surgem as tabelas e os gráficos que representam as profissões dos Encarregados de Educação bem como o grau de parentesco que têm com os alunos.

Quadro 3: Profissão dos Encarregados de Educação

Número do Aluno	Profissão do Encarregado de Educação
1	Secretária
2	Professora
3	Diretora de associação de Apoio a Deficientes
4	Professora Universitária
5	Desempregada
6	Engenheiro de Telecomunicações
7	Farmacêutica
8	Advogada
9	
10	Turismo
11	-----
12	Gestora
13	Reformada por Doença
14	Diretora de Comunicações
15	Não Sabe
16	Professora
17	Professora Universitária
18	Joalheira
19	Professora Universitária
20	Imobiliário
21	Não Sabe
22	Economista
23	Técnica Administrativa
24	Mediador de Seguros
25	Decoradora
26	Médica
27	Secretária
28	Diretor Técnico
29	

### Habilitações Literárias dos Pais

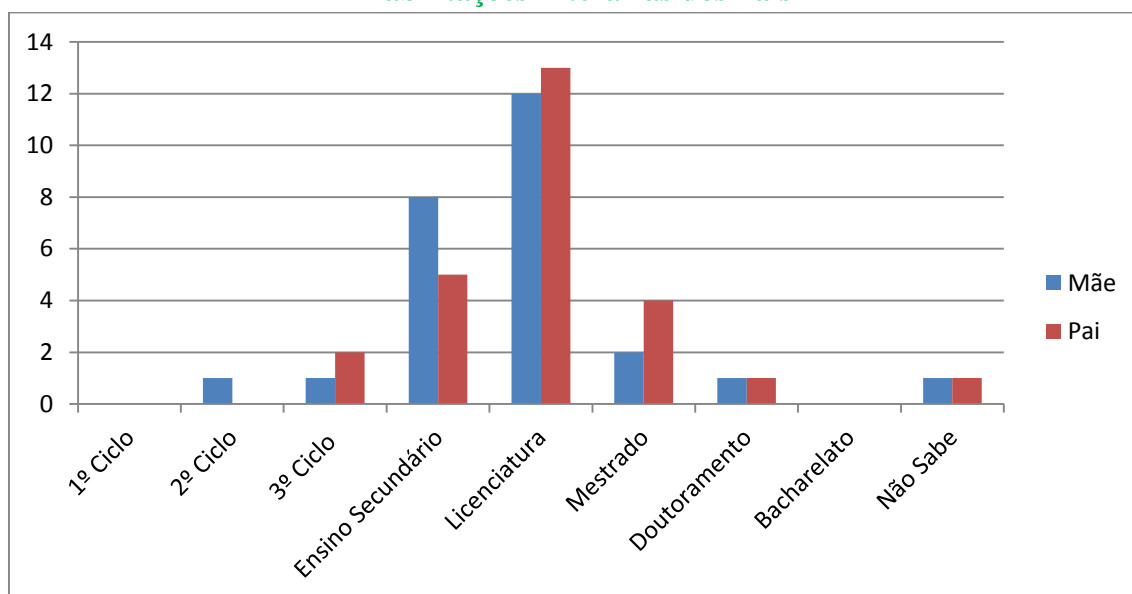


Figura 2: Habilitações Literárias dos Pais dos Alunos

No que diz respeito às habilitações literárias dos pais na figura 2, podemos verificar que a maioria tem a formação académica superior (Licenciatura).

### Idade dos Pais

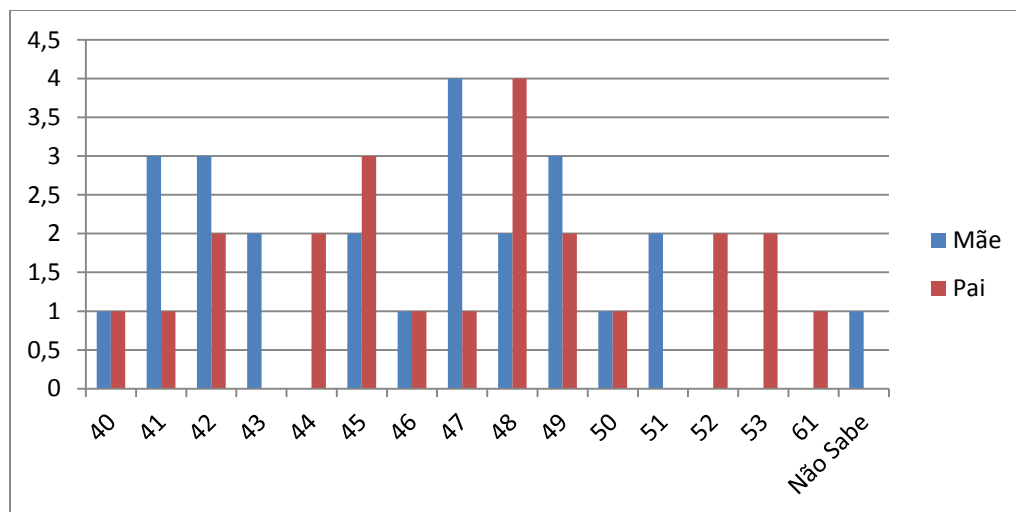


Figura 3: Idade dos Pais dos Alunos

Através da análise da figura 3, podemos afirmar que existe uma grande diversidade na idade dos pais dos alunos. A idade varia entre os 40 e os 61 anos de idade. A média de idades dos pais é mais alta do que a das mães. Um aluno não sabe a idade da mãe.



## Dados Antropométricos/ Saúde/ Estilo de Vida

### Pé Preferido/a

Quadro 4: Pé Dominante

Pé Dominante	Nº de Alunos
Direito	24
Esquerdo	2

Verificamos que o pé preferido da maioria dos alunos é o direito com 88%. Apenas 12% dos alunos utilizam o pé esquerdo.

### Mão Preferida

Quadro 5: Mão Dominante

Mão Dominante	Nº de Alunos
Direito	25
Esquerdo	1

Podemos verificar que 89% dos alunos são destros, enquanto, que 11% dos alunos são esquerdinos.

### Lesões

Quadro 6: Número de Lesões Contraídas pelos Alunos

Lesões	Nº de Alunos
Sim	13
Não	12
Não Respondeu	1

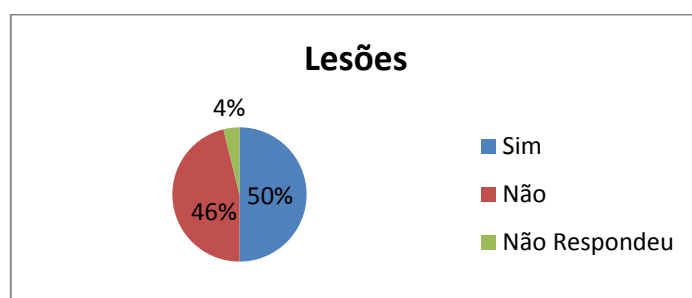


Figura 4: Número de Lesões Contraídas pelos Alunos

No que concerne às lesões dos alunos, podemos concluir que metade da turma já contraiu pelo menos uma lesão, 46% dos alunos nunca teve problemas físicos e um aluno não respondeu.

## Problemas de Saúde

Quadro 7: Problemas de Saúde dos Alunos

Problemas de Saúde	Nº de Alunos
Sim	7
Não	18
Não Respondeu	1

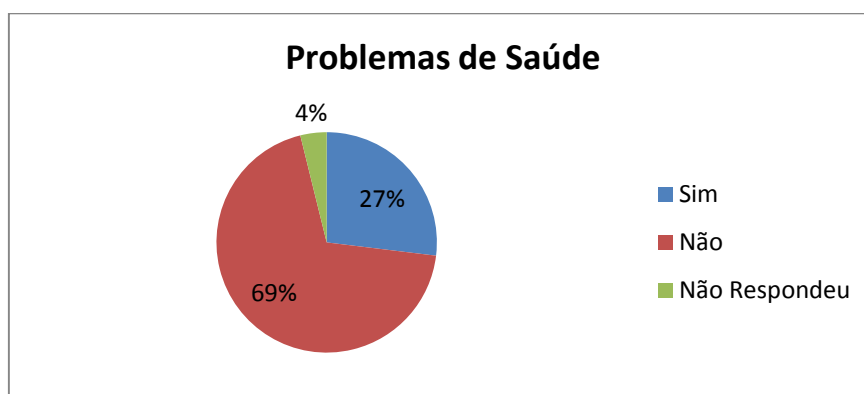


Figura 5: Problemas de Saúde dos Alunos

Em relação aos problemas de saúde a maioria (69%), revela não ter qualquer problema, enquanto que 27% dos alunos dizem ter problemas relacionados com asma à exceção de um aluno cujo problema está relacionado com a visão. Um dos alunos não respondeu.

## Informação Desportiva

### Alunos que Praticam Desporto

Quadro 8: Alunos que Praticam Desporto

Praticas alguma modalidade	Nº de Alunos
Sim	18
Não	8

Podemos verificar que 69% dos alunos praticam desporto, o que pode nos pode levar a dizer que a maioria da turma tem hábitos de vida saudáveis no que toca a prática de atividade física. Apenas 31% da turma confessa não praticar nenhuma modalidade fora da escola.

### Modalidades Praticadas

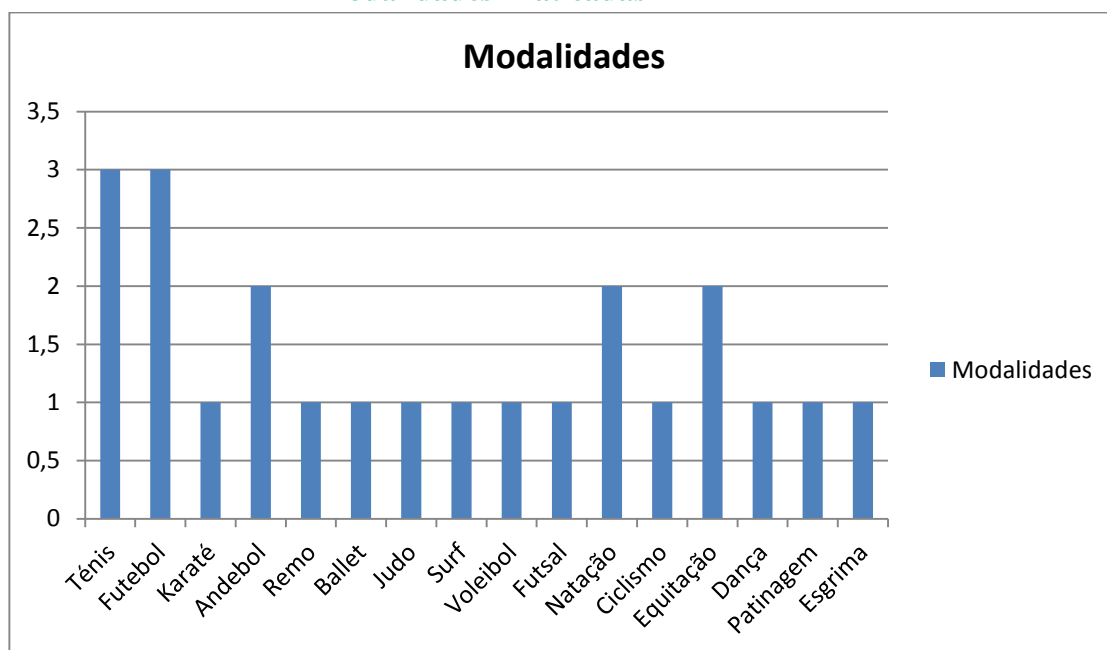


Figura 6: Modalidades Praticadas pelos Alunos

Tendo em conta a figura 6, podemos verificar que existe uma grande diversidade de modalidades praticadas pelos alunos. Alguns deles, praticam mais do que uma modalidade.

### Situação Escolar

#### Alunos Reprovados

Quadro 9: Nº de Alunos que já reprovaram

Nº de Alunos Reprovados	Nº de Alunos
Sim	2
Não	24

### Disciplina Favorita

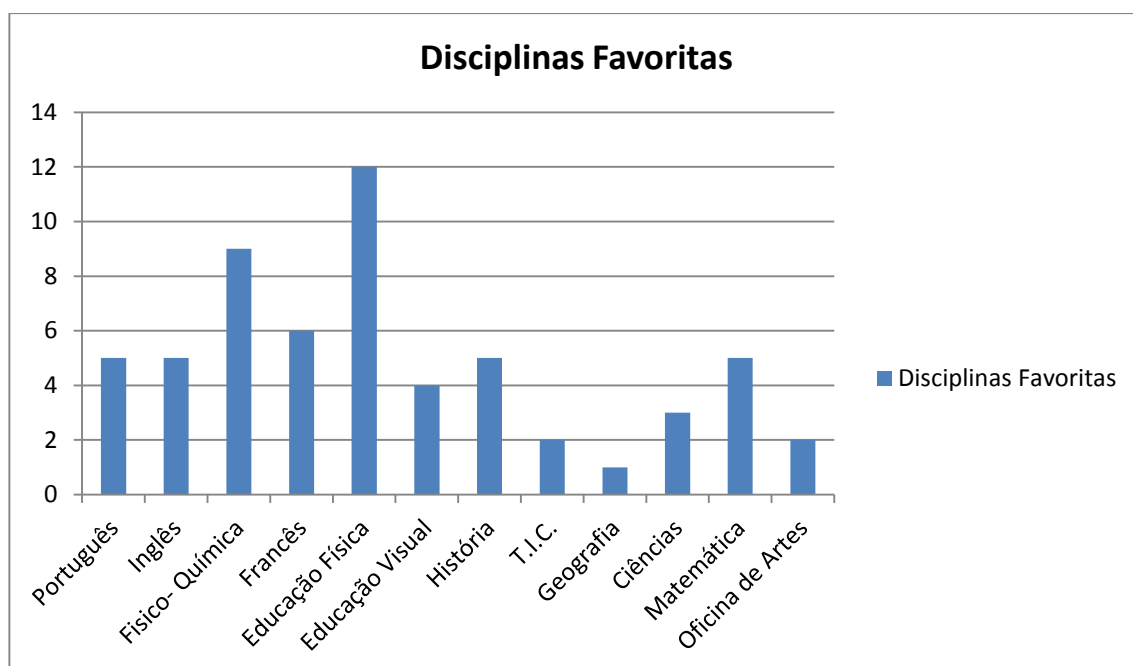


Figura 7: Disciplinas Favoritas dos Alunos

Através desta figura, podemos perceber a disciplina de EF é considerada a disciplina favorita pelos alunos.

### Disciplina de que menos gostam

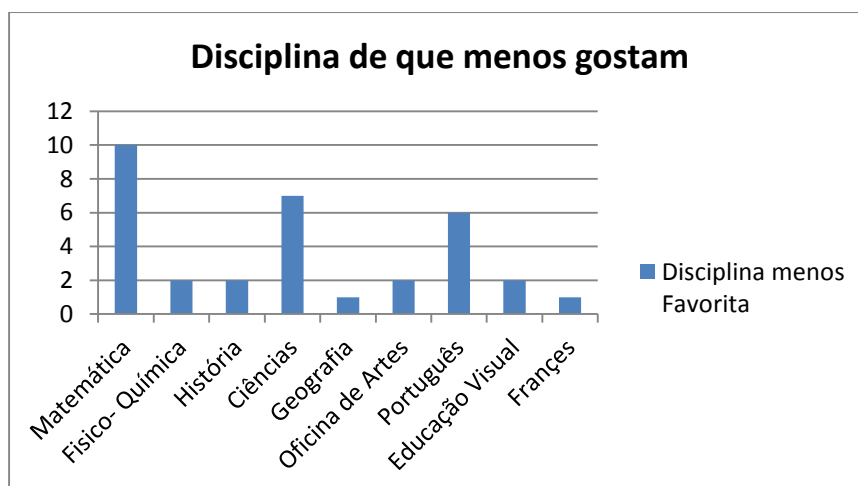


Figura 8: Disciplinas menos Favoritas dos Alunos

Constatamos que a disciplina de que os alunos menos gostam é a Matemática. É também de salientar que nenhum dos alunos, considerou a Educação Física como sendo uma das disciplinas das que menos gosta.

## Modalidades Favoritas

Quadro 10: Modalidades Favoritas dos Alunos

Modalidades Favoritas	Nº Alunos
Ginástica	8
Voleibol	8
Atletismo	7
Basquetebol	9
Futebol	14
Andebol	5
Futsal	1
Patinagem	1

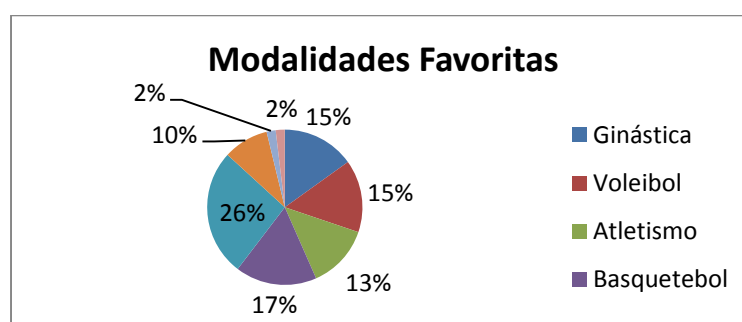


Figura 9: Percentagem de Modalidades Favoritas dos Alunos

No que diz respeito à figura 9 concluímos que a modalidade favorita é o futebol com 26%.

## Modalidade de que menos gostam

Quadro 11: Modalidade menos Favorita dos Alunos

Modalidades de que menos gostam	Nº Alunos
Ginástica	13
Voleibol	3
Atletismo	5
Natação	1
Futebol	3
Andebol	4
Badminton	1
Dança	1
Não tem	2

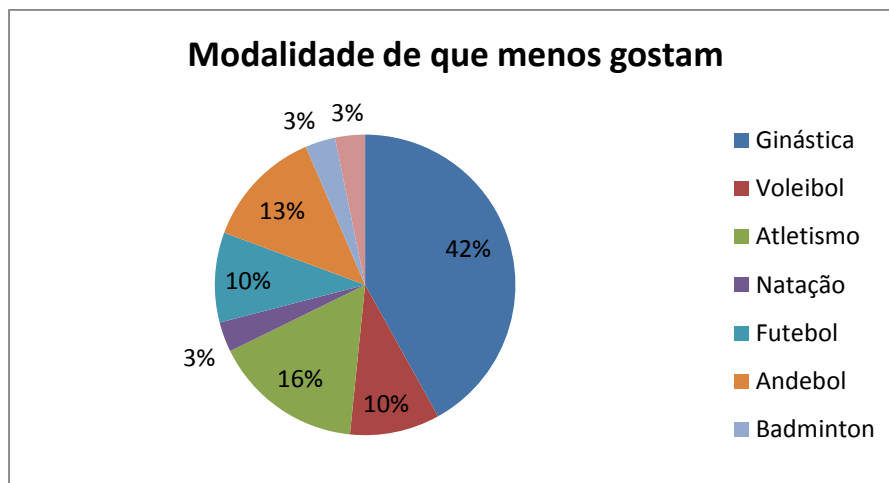


Figura 10: Percentagem de Modalidades menos Favorita dos Alunos

Em relação às modalidades de que os alunos menos gostam, a maioria dos alunos escolhe a ginástica com 42%.

## **Conclusão**

Da presente caracterização da turma C do 8º Ano foi possível reunir um conjunto de informações que, certamente, se revelarão fundamentais ao longo do ano letivo, para melhor perceber e conhecer os alunos e os seus comportamentos, as suas motivações e interesses, bem como os seus receios, preocupações e motivação para as aulas de Educação Física.

Através desta análise, pude verificar que 69% da turma pratica algum desporto extracurricular. Este pode ser um fator relevante para as minhas aulas, porque os alunos gostam de praticar desporto e vêm para as aulas de educação física motivados e com vontade de praticar outras modalidades.

O facto da maioria dos alunos considerar a ginástica a disciplina que menos gostam, pode dificultar a lecionação deste conteúdo. Cabe-me a mim enquanto professor, criar aulas dinâmicas e motivadoras, de forma a facilitar a aprendizagem desta modalidade.

A caracterização da turma permitiu-me identificar uma aluna com NEE, fazendo com que provavelmente tenha de criar metodologias de ensino específicas para a aluna.

As conclusões foram retiradas em cada seção da ficha individual do aluno. Sendo assim, importa salientar que este documento é de extrema importância, pois possibilita-me organizar melhor as minhas aulas e ponderar bem as minhas atitudes e metodologias, em função das características dos meus alunos.





#### **4- REALIZAÇÃO DA PRÁTICA PROFISSIONAL**



No meu entender, este capítulo assume o papel principal do RE, uma vez que é aqui que descrevo e dou a conhecer o trabalho realizado e aplicado no processo de ensino e de aprendizagem.

São quatro as etapas que constituem o processo educativo na área 1, sendo que cada uma assume a sua importância em diferentes fases do ano letivo. Abaixo irei desenvolvê-las aprofundadamente, detalhando a sua pertinência.

Relativamente à área 2, que diz respeito à escola e comunidade, esta engloba todas as atividades nas quais participei. Essa participação foi feita na organização (antes) ou na gestão da tarefa no dia em que se realizou.

A área 3 engloba o PFI. Aqui é representado o antes e após estágio, descrevendo a minha evolução bem como as dificuldades que ultrapassei.

#### **4.1- Área 1 – Conceção, planeamento, realização e avaliação do ensino**

Esta área é constituída pela maior parte do trabalho que realizei durante este ano, por isso considero-a como a mais importante. Agrupa quatro etapas: a conceção, o planeamento, a realização e a avaliação do processo de ensino e aprendizagem. Nesta área coloquei todas as estratégias que utilizei, assim como o suporte teórico utilizado para cada modalidade ao longo do ano letivo. A utilização destas etapas permitiu-me organizar melhor o meu trabalho de forma a atingir os objetivos pretendidos.

De seguida, irei descrever as etapas desta área de desenvolvimento, destacando os objetivos de cada uma delas.

##### **4.1.1 – Conceção**

Com o intuito de planear o ensino, foi necessário fazer uma análise da disciplina de Educação Física, enquanto área curricular, no que diz respeito às competências dos programas de Educação Física, dos projetos curriculares e do projeto educativo de escola. Foi necessário ainda analisar o envolvimento, caracterizar a escola, analisar a faixa etária dos meus alunos, bem como fazer a caracterização da turma. A maioria destas atividades foram realizadas em conjunto com os meus colegas de estágio, excetuando as que dizem respeito única e exclusivamente aos meus alunos, como foi o caso da análise feita através dos inquéritos entregues aos alunos. Através destes inquéritos, consegui perceber quem são e como são.

Face às informações recolhidas através dos documentos lidos e da primeira reunião de Direção de Turma, deparei-me com o facto de ter uma turma com alguns alunos problemáticos e uma aluna com Síndrome de Asperger. Rapidamente tive de criar estratégias para conseguir controlar a turma, como por exemplo, ser um professor amigo, mas ao mesmo tempo respeitador. Em relação a aluna com NEE, estudei as dificuldades que crianças com esta doença possuem, de maneira a preparar aulas de acordo com as suas capacidades.

#### **4.1.2-Planeamento**

No seguimento da conceção do processo do ensino e da aprendizagem, surge o planeamento. Quanto ao meu planeamento anual, isto é, o meu mapa orientador da instrução para todo o ano letivo, foi realizado logo após o início do ano. Para tal, tive em consideração os dados recolhidos na fase de conceção, que foi crucial para esta etapa, bem como o mapa do *roulement* dos espaços que cada turma ocupa em cada semana. Relativamente às modalidades, estas foram retiradas do projeto curricular do ensino básico, que foi elaborado a partir do programa nacional, tendo em conta as condições da escola. Em reunião com a professora cooperante e os meus colegas de estágio, ficou acordado que iria dar aulas à turma do 8ºC. As modalidades a abordar foram as seguintes: no 1º Período: Atletismo; Ginástica de Solo e Basquetebol. No 2º Período manteve-se o Atletismo variando os conteúdos, bem como o Voleibol e o Andebol. Por fim, no 3º Período, abordei o Badminton e o Futebol a par do Salto em Comprimento.

Uma vez elaborado o planeamento anual, parti para as avaliações diagnósticas por forma a realizar as unidades didáticas o mais adaptado possível às necessidades dos meus alunos. Tanto o planeamento anual como as unidades didáticas e os planos de aula foram alvo de análise e alteração ao longo de todo o ano.

*“Desde logo constatei que a turma não está muito familiarizada com a ginástica o que se reflete na dificuldade que eles têm para executar os diferentes elementos que propôs. Sendo assim a UD desta modalidade será alterada em função da turma.”* (reflexão das aulas nº 27 e 28).

A aluna com NEE apesar de apresentar um índice de coordenação motora baixo, não necessitou de progressões diferenciadas da turma, pois conseguia acompanhar o ritmo da turma. No entanto, mantive-me atento ao seu desempenho nas aulas para poder influenciar o seu rendimento através de *feedbacks* positivos.

No que respeita aos planos de aula, estes foram realizados sempre de acordo com a unidade didática e especificaram os objetivos da aula, as situações de aprendizagem/ organização didático-metodológica, tal como as componentes críticas dos exercícios propostos e a função ou funções didáticas em causa.

#### **4.1.3-Realização**

Esta fase representa uma passagem da teoria para a prática, sendo considerada uma etapa bastante difícil. Muitas vezes, é necessário alterar tudo aquilo que foi planeado anteriormente para que o sucesso dos alunos seja garantido. Quero com isto dizer que, um professor não deve ficar preso àquilo que planeia inicialmente, devendo sim, ser capaz de repensar o planeamento ajustando-o à realidade da turma, uma vez que ela também sofre alterações.

No que diz respeito às UD's, tomei como ponto de partida o nível de desempenho dos alunos mostrado nas Avaliações Diagnósticas de cada modalidade. Estas UD's foram ao longo do ano letivo alvo de alterações que não descredibilizam as UD's previstas, muito pelo contrário, isto mostra que o processo de ensino e aprendizagem é alterável e cabe ao professor propor alterações e modificar o planeamento assim que achar pertinente.

Por último e nesta fase de realização, surgem os planos de aula. Este foi sem dúvida um dos meus maiores desafios. A procura dos exercícios mais adequados e, ao mesmo, tempo, mais dinâmicos para os alunos, foi sem dúvida, uma preocupação constante. Senti que cresci gradualmente, melhorando a minha capacidade de planificação, de escolha de exercícios bem como as necessidades dos alunos e o espaço disponível.

*“Conforme escrevi na última reflexão dediquei mais tempo ao planeamento desta aula, para tentar criar exercícios dinâmicos e que fossem fáceis de entender por parte dos alunos.”* (reflexão das aulas nº 24 e 25).

Os planos de aula foram realizados de acordo com cada unidade didática, modificando-os sempre que necessário, de maneira a ir de encontro às necessidades específicas dos meus alunos, bem como às correções da professora cooperante.

No que diz respeito à realização das aulas, tive sempre o cuidado de lecioná-las com eficácia, tendo sempre como principal objetivo a aquisição de aprendizagens produtivas por parte dos meus alunos. Todas as aulas foram alvo de uma reflexão, permitindo-me tomar consciência da aula decorrida, no que respeita essencialmente aos meus erros, para que os mesmos não ocorressem nas aulas seguintes. Tive de recorrer a diferentes estratégias pedagógicas, adequadas a algumas diferenças verificadas no nível dos alunos, de maneira a proporcionar aulas agradáveis e motivantes e, ao mesmo tempo, quanto à minha postura, tive de ser rígido no que respeita ao cumprimento de regras desenvolvendo comportamentos e hábitos de respeito, quer pelos colegas, pelo material assim como por mim, particularmente nestas primeiras aulas, pois sem a aquisição de formas de estar numa aula, torna-se difícil a transmissão dos conteúdos aos alunos.

*“Nesta fase final do ano letivo, sinto-me capaz de realizar planos de aula mais eficazes e num curto espaço de tempo. Este aspeto revela uma evolução que tem sido gradual desde o início do ano.”* (Reflexão da aula nº 78).

#### **4.1.4- Avaliação**

A avaliação é um dos parâmetros mais difíceis do processo de ensino e de aprendizagem.

A primeira avaliação que realizei foi a AD de Basquetebol e com ela surgiram algumas dificuldades, que são normais num professor iniciante. Dificuldades tais como: avaliar um aluno sem descurar a atenção do resto da turma e avaliar tantos aspetos em tão pouco tempo. Inicialmente, para mim, o principal objetivo era avaliar aquele aluno relativamente à modalidade e não prestava tanta atenção ao resto da turma. No entanto, com o decorrer do tempo e com as correções da professora cooperante, fui-me apercebendo que é tão importante avaliar o aluno naquele preciso momento, como prestar atenção ao aluno X ou ao aluno Y, aquando da avaliação. Assim, ao longo do ano percebi que há momentos da aula em que é importante “desligar-me” por segundos da tarefa que estou a fazer para conseguir observar e controlar o resto da turma. Assim

sendo, fui melhorando e desenvolvendo a minha visão periférica, conseguindo reter aspetos e momentos da aula que estão fora do meu foco visual.

*“Relativamente à minha prestação, senti bastantes dificuldades em avaliar tantos alunos em tão pouco tempo. Para além disso o excesso de conteúdos dificultou a atribuição da nota.”* (reflexão da aula nº 35)

Depois de realizadas as AD e de ter verificado o nível em que se encontrava a turma em cada uma das modalidades, ao longo das suas UD's decidi utilizar a Avaliação Contínua. Desta forma, consegui controlar e verificar até que ponto o processo do ensino e da aprendizagem estava a resultar, não só ao nível do desempenho, comportamento e evolução dos alunos, mas também ao nível do meu desempenho e conhecimentos. Esta avaliação permitiu-me realizar, com mais facilidade, as avaliações sumativas. Estas últimas também foram mais fáceis de realizar devido aos comportamentos e às evoluções dos alunos ao longo das respetivas UD. Em contrapartida, a EF é uma disciplina diferente das outras, na medida em que a interpretação e a avaliação do aluno dependa do observador (professor). Então, nas minhas avaliações tentei sempre ser o mais objetivo possível, através da estipulação clara e sucinta dos critérios de avaliação.

No decorrer das diferentes avaliações realizadas, senti que a escala de avaliação imposta ao 2º Ciclo do Ensino Básico, é um pouco limitadora o que acaba por colocar o professor numa situação às vezes um pouco difícil. E foi isso que me aconteceu diversas vezes: senti que a escala de 1 a 5 não era suficiente para diferenciar alguns alunos, tendo que decorrer a outros aspetos para o fazer.

*“Após a observação dos alunos, senti dificuldades em atribuir notas pois existem alunos em patamares semelhantes. Sendo assim, tive que recorrer a um aspeto para os diferenciar: o comportamento.”* (reflexão das aulas nº 60 e 61).

A par das três avaliações utilizadas para avaliar os meus alunos, foi também realizada em cada um dos períodos, uma avaliação de conhecimentos teóricos através da elaboração de um teste escrito. Como suporte teórico e preparação para os testes, redigi documentos com a matéria desenvolvida ao longo das aulas, que era entregue à Delegada de Turma para, posteriormente, entregar ao resto da turma. Tive o cuidado de utilizar palavras fáceis e frases sucintas para todos pudessem compreender o conteúdo.

## **4.2. Área 2 – Conceção, planeamento de atividades (Escola e comunidade)**

Esta área incorpora as atividades não letivas da escola. Estas têm como objetivo integrar os alunos na comunidade escolar, através de atividades físicas realizadas na escola, promovendo a interação entre professores, alunos, auxiliares e outros agentes educativos. Atividades essas que fossem de encontro ao meio escola e que também conduzissem a uma mobilização da comunidade escolar (através da divulgação, parcerias), promovendo o sucesso educativo e reforçando o papel do professor de EF na escola (Matos, 2009). Participei não só nas atividades que foram organizadas pelo NE mas também nas atividades organizadas pelos restantes professores de EF. A par disto, fiz parte de um projeto de solidariedade intitulado “Clara Solidária”. Um dos parâmetros obrigatórios do EP é a presença em reuniões do Conselho de Turma, para desta forma, conseguir elaborar um trabalho sobre a Direção de Turma. Esta atividade mostrou ser fundamental para o meu crescimento como professor de EF, mas também para a minha integração na comunidade escolar.

### **4.2.1- Projeto “Clara Solidária”**

Este projeto surgiu no AVCR há três anos, tendo como principal incentivadora a professora cooperante. Sendo assim, é uma necessidade constante que os estagiários deste núcleo mantenham um papel ativo durante a semana em que se realiza a atividade. O propósito do projeto é reunir bens essenciais tais como: arroz, massas, bolachas, lacticínios e conservas para serem entregues a uma “Despensa Social” do Centro de Estudo Universitário Franciscano (CEUF). A recolha dos alimentos é realizada durante uma semana e em todos os intervalos alunos de todos os anos e turmas supervisionam o local de entrega. A integração dos alunos no seio da sociedade é fundamental e esta atividade proporciona a todos que nela participam, a aquisição de valores que contribuem para o seu desenvolvimento enquanto pessoas e incentivam a entre ajuda por parte de todos.

Enquanto participantes ativos, nós estagiários, desempenhamos várias funções que são imprescindíveis para o sucesso do projeto. É nosso dever criar cartazes que são afixados na escola como forma de divulgação e colocados nas caixas onde



deverão ser colocados os alimentos. Para além disso, contabilizámos todos os dias os alimentos recolhidos para que tudo fique registado e no último dia transportamos os bens para a igreja que os recebe.

Foi sem dúvida uma mais valia participar num projeto como este que incentiva à solidariedade e ajuda ao próximo. Ver o empenho dos alunos em angariar alimentos fascinou-me, isto revela por parte desta comunidade escolar consciência e preocupação com aqueles que necessitam de ajudas extras para sobreviver e alimentar as suas famílias.

#### **4.2.2- Direção de Turma**

No início do ano letivo foi-nos sugerido pela professora cooperante uma tarefa obrigatória, a de estar ligado à Direção de Turma. Contrariamente aos restantes estudantes-estagiários, que têm a possibilidade de escolher entre o Desporto Escolar e a Direção de Turma, eu e os meus colegas não o podemos fazer, porque em anos anteriores a organização de atividades extra-curriculares não foi bem-sucedida. No entanto, iria optar pela Direção de Turma, porque é uma tarefa de bastante importância para um professor e como não é ensinada na faculdade torna-se ainda mais interessante, visto que quando passarmos esta primeira fase de profissionalização teremos de saber executar.

O vocábulo diretor (do latim *'directore'*) é “aquele que dirige”, que guia, ou seja, um indivíduo que organiza uma tarefa ou orienta um conjunto de pessoas que trabalham juntas (Dicionário de Língua Portuguesa, 2004, p. 551). Parece que tal definição nos transporta para uma realidade empresarial e burocrática. A analogia agora estabelecida remete, realmente, para uma ideia de escola, como sendo um grande *corpus*, cuja funcionalidade só poderá ser assegurada através de uma gestão efetiva.

Em termos gerais, podemos dizer que, sendo o professor o gestor do currículo, o Diretor de Turma é o responsável pela gestão da coordenação curricular, cabendo ao aluno o papel de regulador deste processo. Salienta-se a importância do aluno enquanto destinatário e agente principal deste processo.

Contudo, parece certo que o Diretor de Turma não assume o papel “daquele que dirige”, mas o de um orientador ou guia da turma. São os diretores de turma que orientam as atividades de apoio aos alunos e coordenam as atividades dos professores

da turma, bem como estabelecem a ligação Escola – Família. Este amplo leque de atribuições aos diretores de turma, que está presente nos normativos regulamentares do funcionamento dos Conselhos Pedagógicos fazem da turma uma “*unidade nuclear do processo de ensino, estrutura elementar de onde tudo deve partir e para onde tudo deve irradiar*” (Lima, 1986).

O Diretor de Turma coordena o trabalho do conselho de turma e é designado pelo diretor de entre os professores da turma. Nas reuniões do Conselho de Turma, aquando da análise da avaliação individual dos alunos, apenas participam os membros docentes, que podem ainda ser designados professores tutores, para acompanhamento particular do processo educativo de um grupo de alunos. Compete ao Diretor de Turma favorecer a articulação entre os professores, alunos, pais e encarregados de educação, buscando promover o trabalho cooperativo, especificamente entre professores e alunos, no sentido de adequar estratégias e métodos de trabalho, com carácter curricular e avaliativo, além de compreender as especificidades de cada aluno. Esta modalidade administrativa e pedagógica estabelece uma relação entre professor, turma, aluno, encarregado de educação e direção da escola. O Diretor de Turma tem, neste sentido, um papel de mediador entre a docência e a gestão, pois se, por um lado coordena um grupo de professores, por outro tem implicações diretas na gestão escolar, sobretudo a pedagógica. Este agente é capaz de mediar três situações importantes nas relações do âmbito escolar, tais como: docência e gestão; escola e família; professor e aluno.

No que concerne ao elo entre a escola e a família, como segundo segmento, o Diretor de Turma mostra-se também como mediador fundamental no sentido de orientar os pais no acompanhamento da vida escolar dos seus filhos, envolvendo-os na realização de atividades educativas com os alunos e os professores da turma no âmbito escolar ou de outros contextos de aprendizagem. Deve também propor atividades e ações com os encarregados de educação com o intuito de manter uma relação entre a família e a escola. Na perspetiva de Marques (2002, p.15): “*Ele é o eixo em torno do qual gira a relação educativa.*” Isso possibilita encontrar estratégias específicas que aproximem e envolvam os pais, tornando-os elementos participativos, ativos e mais atentos ao meio escolar no sentido de encontrarem, juntos, soluções mais adequadas para os problemas que se apresentarem.

Com o objetivo de otimizar o diálogo com a família, o Diretor de Turma, no início e final de cada período letivo, procura fazer reuniões devidamente preparadas no sentido de manter os Encarregados de Educação sempre informados e atualizados,

mantendo uma boa comunicação e uma boa relação e privilegiando uma atitude positiva durante o ano letivo. No entanto, o Diretor de Turma no quadro do ensino das escolas portuguesas tem um papel, muitas vezes, ingrato pois existem dificuldades na comunicação, no relacionamento e sobretudo, no desenvolvimento de estratégias de cooperação entre a escola e a família.

A relação entre pais e professores tem sido, diversas vezes, marcadas por conflitos de interesses, causando constrangimentos a nível relacional, o que prejudica a aprendizagem e desenvolvimento do aluno. Deste modo, o diretor de turma incorpora um conjunto de vertentes fundamentais para atuação entre esses diversos interlocutores.

A escola tem responsabilidades na aproximação e na abertura às famílias e essa aproximação poderá ser feita por um dos professores da turma que, para além de lecionar a sua área específica, terá também o cargo de Diretor de Turma, promovendo um clima favorável à aprendizagem e um conhecimento aprofundado e sistematizado das famílias dos alunos.

Nas escolas portuguesas, a partir do 5º ano de escolaridade (2º Ciclo), cada turma (com cerca de 20 a 30 alunos) tem um professor por disciplina e ainda o Diretor de Turma, que exerce simultaneamente esse cargo, com a disciplina da sua área específica. É também da sua responsabilidade uma área curricular não disciplinar para a qual tem semanalmente 45 minutos com a sua turma, inserida no horário do aluno e avaliada qualitativamente Oferta Complementar. Este é um espaço privilegiado para o desenvolvimento da educação para a cidadania, visando o desenvolvimento da consciência cívica dos alunos como elemento fundamental no processo de formação de cidadãos responsáveis, críticos, ativos e intervenientes, com recurso, nomeadamente, ao intercâmbio de experiências vividas pelos alunos e à sua participação, individual e coletiva, na vida da turma, da escola e da comunidade.

Desta forma, trata-se de um espaço de diálogo e de reflexão sobre as experiências vividas pelos alunos, as suas preocupações quotidianas, bem como sobre temas e problemas resultantes da atualidade. Promover o autoconhecimento do aluno como indivíduo, estimular a participação do jovem na vida social e motivar o aluno para a tomada de consciência dos problemas que afetam a humanidade, são objetivos a desenvolver numa primeira fase, dada a alteração, cada vez mais evidente, nos valores dos modelos culturais e sociais.

A função de Diretor de Turma agrega um conjunto de vertentes de atuação correspondentes aos seus diversos interlocutores: alunos, professores, encarregados de

educação e comunidade escolar. A atuação do Diretor de Turma junto aos alunos e pais tende, na prática mais comum, a prevalecer sobre a ação junto aos professores que é, contudo, uma dimensão determinante deste cargo, que não pode, aliás, ser dissociada das restantes. Ele tem uma particular relevância na mudança dos alunos do 1º ciclo para o 2º ciclo, em que os alunos passam de um único professor, para uma diversidade de disciplinas, professores e ambientes que lhe são peculiarmente estranhos. A integração destes alunos em um cenário diversificado daquele a que estavam acostumados fica por conta da gestão e coordenação do Diretor de Turma, possuindo este uma atribuição de importância primordial. Tal como refere Oliveira (2000, p.45-47), a supervisão escola é entendida como “*um processo de coordenação, apoio e decisão nas áreas pedagógicas, curriculares e de desenvolvimento profissional.*”

O Diretor de Turma desempenha, junto aos docentes da turma, uma função de coordenação – das atuações de cada um deles no âmbito da respetiva área de docência – e de articulação/mediação entre essa ação dos professores e os restantes atores envolvidos no processo educativo: os alunos e os encarregados de educação.

Finalmente é possível dizer que o Diretor de Turma é, por um lado, um docente que coordena um grupo de docentes e é, simultaneamente, um elemento do sistema de gestão da escola a quem cabem responsabilidades de carácter global do conselho de turma a que preside. Por tudo isso, o Diretor de Turma é muito mais que um docente, deve ter um perfil adequado a esse cargo e vivê-lo com a intensidade e responsabilidade que lhe são inerentes, pois ser professor, mais do que uma profissão, é também, uma vocação e uma missão.

#### **4.2.3- Torneio de Futebol**

O torneio de futebol da escola é uma atividade habitual que conta com a presença não só do Grupo de Educação Física, como funcionários e alunos para que esta atividade corra bem. No entanto, a presença do Núcleo de Estágio foi obrigatória e de carácter avaliativo. Esta atividade foi a única que nós tivemos de organizar sem ajuda dos restantes professores.

O processo de construção desta atividade começou em Abril com a ajuda da professora cooperante, que nos deu algumas ideias para o nome, cartazes e de que forma realizar o torneio para que este fosse o mais dinâmico possível. Cada estudante

estagiário ficou responsável por várias tarefas. No meu caso, tive de me dirigir diante de todos os professores de EF e solicitar que inscrevessem as suas turmas. Mais tarde, tratei de passar para suporte digital todos os nomes dos alunos inscritos, de forma a ser possível criar uma grelha de presenças para o dia do torneio. As instalações eram um problema, uma vez que a quantidade de alunos era elevada face ao espaço que tínhamos na escola. Sendo assim, decidimos solicitar ao Boavista Futebol Clube as suas instalações que utilizamos para lecionar algumas aulas. A resposta positiva por parte desta organização, permitiu-nos maior facilidade na organização dos calendários dos jogos e dinamismo no dia do torneio.

Foi uma tarefa realizada com sucesso, uma vez que todos os jogos decorreram sem problemas e durante as horas disponíveis para o mesmo.

Durante o Clara World Cup, fiquei responsável pela arbitragem e transmissão dos resultados à mesa. É óbvio que no dia não se faz só a tarefa que nos é proposta, acabamos sempre por ajudar e contribuir em alguma tarefa que esteja mais atrasada ou com menos gente. Ajudei também na montagem dos espaços, ou seja, mover as balizas para o espaço correto e da vedação do espaço disponível para a assistência.

Na minha opinião, existe apenas um aspeto a melhorar em futuros torneios deste género. O problema está relacionado com a demora ou falta de entrega das fichas de inscrição de algumas turmas, por parte de alguns professores. Este aspeto dificultou em alguns momentos a organização dos quadros competitivos, uma vez que quando afixamos os calendários, surgiram turmas dizendo que se tinham inscrito e que não constavam no torneio. Por este motivo, a alteração da organização dos jogos foi dificultada, tendo sido alterada por duas vezes na véspera.

Para além desta questão, não tenho mais nada a apontar de negativo, apenas o imprevisto que ocorreu no dia 8 de Junho de manhã quando começou a chover, ficando impossível realizar o resto dos jogos. Optamos por concretizar os restantes jogos no dia 15 com sucesso. No dia foi uma atividade onde todos nos relacionamos de uma forma marcante com os restantes colegas, pois foi necessário nos unir para distribuir tarefas e reunir para debater opiniões. O estreitamento de relações com a comunidade é um aspeto essencial na nossa formação como futuros professores de Educação Física, que se comprometem com o desenvolvimento de ações onde o enriquecimento dos alunos é visto como aspeto primordial.

Para a realização da atividade contamos com a colaboração de vários docentes, como já disse anteriormente e funcionários, que foram responsabilizados pelo

desenvolvimento de uma tarefa. Tivemos o cuidado de informar, atempadamente, todos os responsáveis pelas funções a desempenhar, facultando-lhes parte do material a utilizar, o que fez com que no dia todos ou quase todos soubessem o que fazer. No entanto, com o decorrer da atividade, esta situação inverteu-se um bocado, pois algumas pessoas não sabiam o que fazer, mas, esta situação foi facilmente ultrapassada.

De uma forma geral, considero que a atividade cumpriu os propósitos estabelecidos, sendo notória a satisfação com que todos se envolveram e participaram nas diferentes tarefas, facto comprovado pelas avaliações que os diferentes intervenientes da atividade fizeram. Assim, vejo o meu esforço recompensado e é com imenso agrado que constato que, apesar de um pouco trabalhosa, esta foi uma atividade onde realmente se conseguiu que os alunos interagissem, havendo a tão ambicionada articulação entre alunos de diferentes anos do Agrupamento Vertical Clara de Resende.

#### **4.2.4 Torneio de Street Basket 3x3**

Este evento e a sua respetiva organização não fez parte das atividades que me foram incumbidas enquanto estudante-estagiário, no entanto, estive presente no dia em que se realizou o torneio.

Tal como as atividades realizadas anteriormente, como o Corta Mato, esta também teve como objetivo principal promover o interesse e gosto pela atividade física. A par disto, esta atividade promoveu o espírito de sacrifício, o convívio entre todos os membros da comunidade escolar e a seleção de alunos para representar a Escola Secundária Clara de Resende.

Relativamente à organização do evento, tal como referi, o grupo de estagiários não ficou encarregue desta tarefa. Nós, apenas estivemos presentes no dia para ajudar a organizar o espaço e cada um ficar responsável por um posto. Eu fiquei responsável pela marcação de cestos e afixação de resultados.

Enquanto afixava os resultados, no final de cada jogo, observei que existiam bastantes faltas de comparência, tendo sido bastante os alunos que não apareceram ao evento. O número de participantes de alguns escalões revelou-se abaixo do previsto. As principais justificações de alguns alunos para essas ausências foram os testes. Penso também que, nestes escalões muitos alunos faltaram devido à falta de motivação. A conclusão que retiro é que não basta os alunos terem qualidade para jogar basquetebol, é



necessário também que queiram participar de livre e espontânea vontade e não porque o seu professor os inscreveu. Penso que desta forma, as faltas seriam colmatadas e assim apenas os alunos que se mostrassem interessados em competir no Street Basket deveriam constar das listas.

A participação nestas atividades da escola, fez com que eu aprendesse a lidar com certos imprevistos, que vá adquirindo uma certa experiência em como funciona este tipo de organizações e acima de tudo, ajuda a melhorar a minha integração na escola.

### **4.3. Área 3 – Desenvolvimento Profissional**

Esta área representa a organização de todas as atividades realizadas para a construção da minha formação profissional, sendo que, é composta pelo RE que representa grande parte da nota final do presente Mestrado.

A primeira tarefa que nos foi proposta nas jornadas de abertura do ano letivo foi a realização do Projeto de Formação Individual. Este documento tem como objetivo orientar a atividade a desenvolver durante o EP, de forma a facilitar o seu planeamento e realização. Este documento representou o esquema inicial do RE, sendo um documento único e pessoal onde estiveram presentes os meus conhecimentos, as minhas capacidades e dificuldades sentidas perante os desafios que me foram colocados no EP, bem como a minha caracterização pessoal.

#### **4.3.1- PFI**

A elaboração deste documento foi, sem dúvida, muito gratificante para a minha integração no seio da comunidade escolar, visto que ao fazer uma pesquisa sobre o agrupamento, fiquei a conhecer melhor o ambiente no qual me ia inserir. Para mim, a elaboração deste documento não foi fácil, pois tive de redigir acerca de problemas e dificuldades que desconhecia, uma vez que nunca tinha passado pelo papel de professor. No entanto, mais tarde apercebi-me que o PFI tem um papel fundamental na orientação do EP.

No PFI coloquei todos os conhecimentos, capacidades, dificuldades sentidas perante os desafios que me foram colocados no EP, tratando-se assim de algo pessoal e único. Foi uma maneira de fazer uma introspeção e perceber quais os pontos em que

necessitei de evoluir, tendo em consideração o meu percurso académico, social, cultural e, eventualmente, desportivo. Foi bastante enriquecedor, na medida em que me ajudou a colocar em ordem algumas ideias e me ajudou a definir alguns objetivos que tive de cumprir neste ano de EP.



## **5. ESTUDO**



## 5.1. INTRODUÇÃO

O presente documento foi realizado no âmbito do Estágio Profissional (EP), inserido no plano de estudos no 2º ano do 2º ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

O projeto de estudo faz parte da documentação que me foi pedida e tem como objetivo recorrer à investigação como forma de entender e informar a prática que está a ser objeto de investigação. O tema que escolhi para o estudo intitula-se: “Análise das diferenças de coordenação motora comparando alunos motivados e os não motivados para a prática desportiva”. Optei por escolher este tema para verificar se a motivação dos alunos para a prática de atividade física está associada ao seu nível de coordenação motora, quer ao nível geral quer nas componentes específicas da destreza manual, das habilidades com bola, do equilíbrio estático e do equilíbrio dinâmico. Pretendo também verificar a referida associação em cada sexo e grupo etário.

Para fundamentar o meu tema de estudo, tive de recorrer a referências bibliográficas, que me ajudaram a perceber a importância da coordenação motora no quotidiano dos adolescentes e a entender do que se trata realmente.

O conceito de coordenação motora é suscetível de múltiplas interpretações. Por exemplo, Veiga (1987) afirma que a coordenação motora é uma habilidade, um traço da personalidade, que pode ser definida como aquilo que o indivíduo é capaz de fazer em determinada atividade. A par desta linha de pensamento, temos também a proposta de Rocha e Caldas (1981), afirmam que a coordenação motora é a qualidade de união que permite combinar a ação dos diversos grupos musculares para a realização de uma série de movimentos com o máximo de eficiência. Por outro lado, Meinel (1984) considera que as ideias acima referidas não mostram a determinante principal, isto é, a coesão de todos os processos parciais do ato motor em vista do objetivo, da meta a ser atingida.

A motivação segundo Vroom é um processo que governa as escolhas entre diferentes possibilidades de comportamento do indivíduo, que avalia as consequências de cada alternativa de ação e satisfação e que deve ser encarada como resultante de relações entre as expectativas que a pessoa desenvolve e os resultados esperados. Por outro lado, Souza (2001) afirma que a motivação se caracteriza pela vontade de bem-sucedido em situações de competição, pelo desejo de fazer alguma coisa melhor ou de forma mais eficiente do que já feita.

## 5.2. JUSTIFICAÇÃO DO ESTUDO FACE AO CONTEXTO DE ESTÁGIO

No início do ano letivo e à medida que as aulas iam decorrendo, observei não só a minha turma mas também as turmas dos meus colegas estagiários. Esta observação permitiu-me verificar a dificuldade que os alunos evidenciavam na execução de exercícios específicos de cada habilidade técnica das diferentes modalidades. Por exemplo, na coordenação dos apoios no lançamento da passada no Basquetebol, a realização da chamada para o ataque no Voleibol e o remate Andebol, coordenar os MS com os MI na fase de voo no Salto em Comprimento.

Um dos grandes problemas da atualidade é motivar as crianças e adolescentes para a prática desportiva, uma vez que a maioria das distrações proporcionadas aos jovens faz com que eles sejam sedentários, nomeadamente: Internet, Playstation, videojogos, computadores, entre outros. São vários os estudos que envolvem esta temática, nomeadamente um estudo conduzido pela Universidade do Minho (UM) que *“demonstrou que as crianças que passam mais de três quartos do seu tempo livre em atividades sedentárias, como ver televisão ou jogar jogos no computador, chegam a ter uma coordenação motora nove vezes pior do que aquelas que são ativas.”* Desta forma, vou tentar perceber de que a forma a motivação influencia a coordenação motora.

Todas estas dificuldades evidenciadas influenciaram a minha escolha sobre o tema a abordar no meu estudo.

Sendo assim, e visto que uma das tarefas da Prática Pedagógica consistia na realização de um Projeto de Investigação-Ação acerca de uma temática vivenciada na prática, achei que seria um bom tema para estudar e aprofundar.

Os objetivos do presente Projeto de investigação-Ação são:

1. Verificar a importância atribuída pelos alunos praticantes de desporto aos fatores para a prática desportiva em geral e separados por sexo (QMAD);
2. Verificar a importância atribuída pelos alunos não praticantes de desporto aos fatores para a não prática desportiva em geral e separados por sexo (IMAD);
3. Comparar separadamente e por sexo, os níveis de coordenação motora dos alunos praticantes e não praticantes de desporto
4. Comparar os níveis de coordenação motora entre os alunos praticantes e não praticantes de desporto.

### 5.3. METODOLOGIA

A investigação-ação é desenvolvida através da ação. É uma das metodologias de investigação vista como uma conceção empirista que possibilita o ato reflexivo e será o alicerce da minha investigação. A IA define-se como uma investigação que procura contribuir para a resolução de situações práticas problemáticas e para o desenvolvimento da pesquisa fundamental. É um tipo de pesquisa social concebida e realizada através da resolução de um problema coletivo. Nesta pesquisa, o investigador (estudante-estagiário) e os participantes (alunos) estão envolvidos de modo cooperativo, visto que os alunos não serão obrigados a participar neste estudo.

A IA deste estudo procurou perceber os níveis de coordenação motora e a sua associação com os comportamentos motivacionais dos alunos nas aulas de Educação Física. Adveio de uma vivência e de um questionamento durante o meu exercício da prática pedagógica: conhecer e comparar os níveis de coordenação motora entre os alunos motivados e os alunos não motivados para a prática desportiva, sendo uma realidade única do estudo. O estudo apresenta uma vertente quantitativa usando um questionário para avaliar a motivação em geral e quais os motivos, em particular, que levam ou não os alunos a praticar atividade física e com a aplicação de um teste de coordenação motora, o Movement Assessment Battery for children 2.

#### ➤ AMOSTRA

A amostra deste estudo foi composta por 83 alunos (33 raparigas e 50 rapazes) do 8º ano (A, B e C) de escolaridade do Agrupamento Vertical Clara de Resende.

#### SEXO

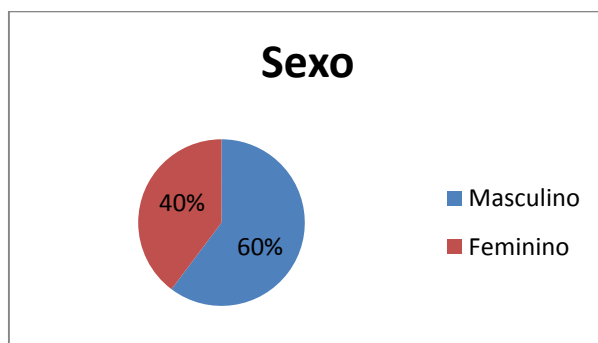


Figura 11: Percentagem de alunos em cada sexo.

De acordo com a figura 11, podemos verificar que a amostra é composta por mais alunos do sexo masculino (60%) do que do sexo feminino (40%).

## ESCALÃO ETÁRIO

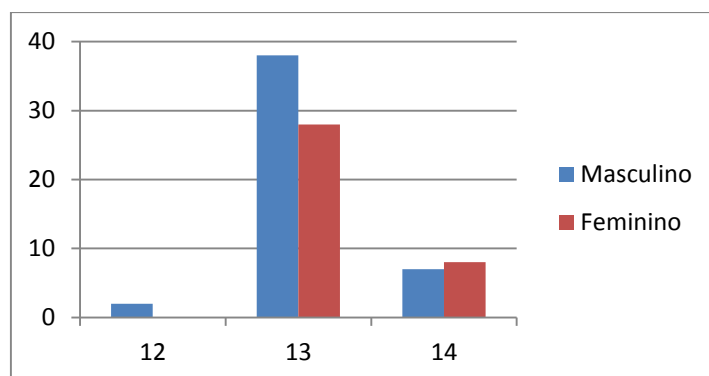


Figura 12: Escalão Etário da amostra.

No que diz respeito ao escalão etário, é possível verificar através da observação da figura 12, que os participantes se encontram na faixa etária entre os 12 e os 14 anos. É possível ainda verificar que a maioria tem 13 anos (38 rapazes e 28 raparigas), de seguida 14 anos (7 rapazes e 8 raparigas) e 12 anos (2 rapazes).

### ➤ INSTRUMENTOS

#### ○ Teste MABC-2

O instrumento que foi utilizado para a avaliação da coordenação motora foi a Bateria de Avaliação do Movimento para crianças (MABC-2) de Henderson, Sugden, e Barnett (2007). Tendo em conta que a faixa etária dos alunos avaliados (entre os 12 e 14 anos), foi utilizada a 3ª banda deste teste que está destinado a faixas etárias dos 11 aos 16 anos. Este instrumento permite avaliar a coordenação motora e despistar desordens da coordenação através de exercícios que avaliam os alunos quanto à sua destreza manual, habilidade com bola e equilíbrio (estático e equilíbrio dinâmico).

Após a execução de cada atividade é atribuído um score, pelo observador/ avaliador. O total dos scores vai classificar a criança numa zona caracterizada por um sistema de cores designado “semáforo de trânsito”. Se o score total se situar na zona verde (total do score acima de 67), significa que a criança não tem qualquer tipo de problema na

coordenação motora, se encontrar na zona amarela (total do score entre 57 e 67), significa que a criança tem lacunas no seu desenvolvimento motor, sendo importante haver algum tipo de acompanhamento, e caso a criança esteja na zona vermelha (total do score até 56), estamos perante um caso de propensão para uma desordem da coordenação motora. (Henderson, Sugden & Barnett, 2007).

- **Questionário de Motivação para as Atividades Desportivas (QMAD) e o Inquérito de Motivações para a Ausência de Atividade Desportiva (IMAAD)**

Para identificar os alunos motivados e os não motivados, utilizei o IMAD e o QMAD. Para além de diferenciar os alunos motivados e os não motivados, estes questionários permitem perceber a motivação para a prática desportiva de jovens praticantes e não praticantes e identificar o que os leva a praticar desporto.

O IMAD foi desenvolvido por Pereira e Vasconcelos- Raposo (1997) e é formado por 39 questões que precedem a frase “Eu não pratico atividades desportivas porque...”. É constituído por 5 fatores: Fator 1- Incompetência, fator 2- Falta de apoios ou condições, fator 3- Desinteresse pelo esforço físico, fator 4- Estética ou Insatisfação, fator 5- falta de tempo.

O QMAD foi traduzido e adaptado do *Participation Motivation Questionnaire-PMQ* (Gill et al., 1983) por Serpa e Frias (1991). Este instrumento é composto por 30 afirmações, agrupadas em 8 fatores, sendo o fator 1- Estatuto, fator 2 – Emoções, fator 3- Prazer, fator 4- Competição, fator 5- Forma Física, fator 6 – Desenvolvimento das Competências, fator 7- Afiliação Geral e fator 8- Afiliação Específica.

Em ambos os instrumentos as respostas são dadas numa escala de tipo Likert, sendo que o 1 representa “discordo totalmente”, 2 “discordo”, 3 “nem concordo nem discordo”, 4 “concordo”, 5 concordo totalmente”

Os questionários foram aplicados por mim à turma do 8°C, pela colega Cláudia ao 8ºA e o pelo colega Marcos ao 8ºB, de acordo com os processos descritos na literatura. Em cada turma, foi feita uma breve introdução e explicação sobre os questionários para que os alunos ficassem a par do que se pretendia.

A participação do estudo foi voluntária. Assim sendo, a identificação de cada aluno foi feita por ordem numérica e do sexo.

A realização do questionário durou, em média, 10 minutos e foi aplicada na hora da aula de EF.

### ➤ Procedimentos estatísticos

O tratamento estatístico foi feito no SPSS, versão 20.0 com um nível de significância de 0,5%. Foram realizados dois tipos de análise: análise descritiva envolvendo a média e o desvio-padrão, a distribuição de frequências e a análise inferencial com a correlação de Pearson e o Teste não paramétrico de Mann-Whitney para medidas independentes.

## 5.4. RESULTADOS

### Quadro 12: Importância atribuída pelos alunos praticantes aos fatores para a prática desportiva (QMAD). (Valores em percentagem).

No quadro 12, podemos verificar qual a importância que os alunos atribuem a cada fator como principal influência para a sua prática desportiva. Em todos eles a maioria das respostas está situada entre o 3 “nem concordo nem discordo” e o “4 concordo”, à exceção da forma física e do desenvolvimento das competências onde os alunos atribuem principal motivo para a prática. Apenas nas emoções uma pequena percentagem não concorda com a atribuição deste fator para a prática desportiva.

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Estatuto</b>	0	20,4	38,9	25,9	14,8
<b>Emoções</b>	1,9	13,0	20,4	40,7	24,1
<b>Prazer</b>	0	9,3	20,4	38,9	31,5
<b>Competição</b>	0	0	14,8	35,2	50
<b>Forma Física</b>	0	0	9,3	33,3	57,4
<b>Desenvolvimento das Competências</b>	0	0	7,4	37	55,6
<b>Afiliação Geral</b>	0	5,6	27,8	44,4	22,2
<b>Afiliação Específica</b>	0	1,9	31,5	51,9	14,8



**Quadro 13: Importância atribuída aos fatores para a prática desportiva dos alunos praticantes em função do sexo (QMAD). (Média, desvio padrão, valor de z e de p).**

No quadro 13, observamos em indivíduos de sexos diferentes quais os principais motivos para praticarem desporto. Em todos os fatores a importância atribuída a cada um deles é semelhante. Contudo no desenvolvimento das competências, as raparigas consideram como fundamental este aspeto para praticarem desporto extra curricular.

	<b>Masculino</b>	<b>Feminino</b>	<b>z</b>	<b>p</b>
<b>Estatuto</b>	3,39 ± 0,973	3,25 ± 1,000	0,496	0,620
<b>Emoções</b>	3,73 ± 1,031	3,68 ± 1,078	0,159	0,874
<b>Prazer</b>	3,86 ± 0,934	4,06 ± 0,997	0,738	0,460
<b>Competição</b>	4,34 ± 0,780	4,37 ± 0,619	0,094	0,925
<b>Forma Física</b>	4,50 ± 0,725	4,43 ± 0,512	0,786	0,432
<b>Desenvolvimento das Competências</b>	4,36 ± 0,674	4,75 ± 0,447	1,976	<b>0,048</b>
<b>Afiliação Geral</b>	3,84 ± 0,822	3,81 ± 0,910	0,12	0,904
<b>Afiliação Específica</b>	3,76 ± 0,675	3,87 ± 0,806	0,729	0,466

**Quadro 14: Níveis de coordenação motora dos alunos praticantes em função do sexo. (Média, desvio padrão, valores de z e de p).**

Após a leitura do quadro 14, é possível concluir que apenas nas habilidades com bola existe uma diferença significativa. Ou seja, os rapazes revelam maior facilidade na realização de exercícios onde a principal componente seja manipular uma bola. Em todos os outros os níveis de coordenação são semelhantes.

	<b>Masculino</b>	<b>Feminino</b>	<b>z</b>	<b>p</b>
<b>Destreza Manual</b>	6,92 ± 2,861	8,06 ± 3,586	1,200	0,230
<b>Habilidade com Bola</b>	12,00 ± 2,242	9,69 ± 2,960	2,509	<b>0,012</b>
<b>Equilíbrio</b>	8,58 ± 3,569	8,19 ± 2,880	0,106	0,916
<b>Score Total</b>	71,34 ± 14,561	68,81 ± 17,539	0,180	0,857
<b>Semáforo de Trânsito</b>	2,45 ± 0,795	2,50 ± 0,816	0,302	0,763

**Quadro 15: Importância atribuída pelos alunos não praticantes aos fatores para a não prática desportiva (IMAD). (Valor em percentagem).**

O quadro 15, dá-nos a conhecer quais os motivos que os alunos não praticantes dão para não praticarem desporto. As respostas são interessantes, pois à exceção da falta de tempo onde a maioria das respostas é a 3 “nem concordo nem discordo”, a amostra não atribui a todos os outros fatores importância para a não prática desportiva, situando as suas respostas entre o 1 “discordo totalmente” e o 2 “discordo”.

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Incompetência</b>	34,5	44,8	17,2	3,4	0
<b>Falta de apoios/ condições</b>	27,6	51,7	17,2	3,4	0
<b>Desinteresse pelo esforço físico</b>	31	55,2	6,9	6,9	0
<b>Estética/ Insatisfação</b>	51,7	34,5	6,9	3,4	3,4
<b>Falta de Tempo</b>	3,4	34,5	41,4	17,2	3,4

**Quadro 16: Importância atribuída aos fatores para a não prática desportiva dos alunos não praticantes em função do sexo (IMAD). (Média, desvio padrão, valor de z e de p).**

Quando comparados por sexo os alunos não praticantes de desporto não demonstram diferenças significativas quanto aos fatores escolhidos para a não prática de desporto. No entanto, os rapazes culpabilizam a falta de apoios/ condições como o principal fator para não praticarem desporto, enquanto as raparigas identificam a falta de tempo como a razão fundamental para também não o fazerem (quadro 5).

	<b>Masculino</b>	<b>Feminino</b>	<b>z</b>	<b>p</b>
<b>Incompetência</b>	1,90 ± 0,700	1,88 ± 0,900	0,266	0,790
<b>Falta de apoios/ condições</b>	2,00 ± 0,774	1,94 ± 0,802	0,319	0,749
<b>Desinteresse pelo esforço físico</b>	1,72 ± 0,786	2,00 ± 0,804	0,853	0,394
<b>Estética/ Insatisfação</b>	1,54 ± 0,687	1,83 ± 1,150	0,422	0,673
<b>Falta de Tempo</b>	2,54 ± 0,687	3,00 ± 0,970	1,052	0,293

**Quadro 17: Níveis de coordenação motora dos alunos não praticantes em função do sexo. (Média, desvio padrão, valores de z e de p).**

Na análise do quadro 17, podemos concluir que, tal como os praticantes de desporto, os rapazes possuem maior índice de coordenação motora ao nível das habilidades com bola do que as raparigas. Em contra partida os alunos do sexo feminino evidenciam maior nível de coordenação motora na destreza manual e no equilíbrio, ou seja as raparigas não praticantes são capazes de executar com maior facilidade exercícios que requerem movimentos finos e são capazes de manter uma posição durante mais tempo que os rapazes não praticantes. A nível geral as diferenças não são significativas.

	<b>Masculino</b>	<b>Feminino</b>	<b>z</b>	<b>p</b>
<b>Destreza Manual</b>	6,82 ± 2,272	8,67 ± 2,000	2,008	<b>0,045</b>
<b>Habilidade com Bola</b>	10,91 ± 2,071	8,39 ± 3,583	2,034	<b>0,042</b>
<b>Equilíbrio</b>	6,00 ± 2,191	8,67 ± 2,870	2,472	<b>0,013</b>
<b>Score Total</b>	63,36 ± 9,362	69,17 ± 10,303	1,598	0,110
<b>Semáforo de Trânsito</b>	4,91 ± 9,343	2,50 ± 0,707	0,929	0,353

**Quadro 18: Comparação dos níveis de coordenação motora em função da prática desportiva. (Média, desvio padrão, valores de z e de p).**

O quadro 18, não revela diferenças significativas na maioria dos seus componentes. No entanto, nas habilidades com bola, os alunos praticantes revelam melhor nível de coordenação motora.

	<b>Praticantes</b>	<b>Não Praticantes</b>	<b>z</b>	<b>p</b>
<b>Destreza Manual</b>	7,26 ± 3,103	7,97 ± 2,260	1,197	0,231
<b>Habilidade com Bola</b>	11,31 ± 2,669	9,34 ± 3,298	2,695	<b>0,007</b>
<b>Equilíbrio</b>	8,46 ± 3,357	7,66 ± 2,907	1,230	0,219
<b>Score Total</b>	70,59 ± 15,376	67,97 ± 10,196	1,596	0,111
<b>Semáforo de Trânsito</b>	2,37 ± 0,839	2,37 ± 0,743	0,574	0,566

## 5.5. DISCUSSÃO

O propósito do estudo foi verificar a influência que a motivação pode causar à coordenação motora. Sendo assim, após verificar os resultados evidenciados, podemos considerar que não foram apresentados valores suficientes para considerar a influência da coordenação na motivação. Relativamente aos fatores que levam os jovens a praticar desporto verifiquei que a maioria das respostas está situada entre o 3 “nem concordo nem discordo” e o “4 concordo”, à exceção da forma física e do desenvolvimento das competências onde os alunos atribuem principal motivo para a prática. Isto leva a crer que a amostra conhece a importância da prática desportiva, aliada ao desenvolvimento e aquisição de competências inerentes às diferentes modalidades. Contudo, as raparigas consideram o desenvolvimento das competências como fundamental para praticarem desporto extracurricular. Este aspeto demonstra que, os alunos de sexo feminino não pretendem praticar desporto apenas por motivos de estética procuram também desenvolver diferentes ensinamentos.

Em relação aos não praticantes em geral, foi possível verificar quais os determinantes que influenciam a sua escolha relativamente à prática desportiva. As respostas são curiosas, pois à exceção da falta de tempo onde a maioria das respostas é a 3 “nem concordo nem discordo”, a amostra não atribui a todos os outros fatores importância para a não prática desportiva, situando as suas respostas entre o 1 “discordo totalmente” e o 2 “discordo”. No entanto, quando analisei os dados relativamente ao sexo, os rapazes culpabilizam a falta de apoios/ condições (15,59%) como o principal fator para não praticarem desporto, enquanto as raparigas identificam a falta de tempo (16,22%) como a razão fundamental para também não o fazerem.

No que diz respeito à coordenação motora, quando comparamos alunos praticantes de desporto de sexos diferentes, é possível verificar que apenas nas habilidades com bola existe uma diferença significativa no sexo masculino. Ou seja, os rapazes revelam maior facilidade na realização de exercícios onde a principal componente seja manipular uma bola. Todos os outros os níveis de coordenação são semelhantes em ambos os sexos.

Quanto aos não praticantes de ambos os sexos, os do sexo masculino revelam maior coordenação motora nas habilidades com bola. Em contrapartida, os alunos do sexo feminino evidenciam maior nível de coordenação motora na destreza manual e no

equilíbrio, ou seja, os alunos do sexo feminino não praticantes são capazes de executar com maior facilidade exercícios que requerem movimentos finos e são capazes de manter uma posição durante mais tempo que do sexo masculino não praticantes.

Inicialmente pensei que iria observar diferenças de coordenação motora não só quando comparamos alunos motivados e não motivados, mas também quando o fazemos com alunos praticantes e não praticantes de desporto. Sendo assim, e após analisar o quadro 7 e não verificar diferenças significativas entre alunos praticantes e não praticantes, os resultados revelam-se inesperados. Era de esperar que alunos que praticam desporto regularmente fossem mais coordenados. No entanto, nesta amostra não foi isso que verificamos, ou seja, em todos os parâmetros que o MABC-2 nos permite observar, não encontramos diferenças significativas a nível de coordenação motora.

Segundo o estudo realizado por Lopes et al (2011), a atividade física habitual recomendada pela Organização Mundial de Saúde, não é suficiente para as crianças adquirem bons índices de Coordenação Motora. Um dos principais fatores de influência na Coordenação Motora podem ser as aulas de EF, mas para o efeito é necessário criar aulas motivantes e dinâmicas recorrendo *“a materiais de jogo e estratégias, no sentido de aumentar, adequar e diversificar a riqueza dos estímulos, nomeadamente nas aulas de EF e nos recreios escolares, garantindo um desenvolvimento motor integral das crianças.”* (p.20).

## 5.6. CONCLUSÃO

Após a análise e discussão dos resultados são várias as conclusões que podemos retirar deste estudo.

Relativamente ao tema do estudo - Análise das diferenças de coordenação motora comparando alunos motivados e os não motivados para a prática desportiva -, não verifiquei diferenças significativas nos resultados para poder afirmar que a motivação influencia diretamente a coordenação motora. As diferenças que verifiquei foram pontuais relativamente às comparações que realizei com as variáveis estudadas. No caso das habilidades com bola, independentemente de serem praticantes ou não, os rapazes revelam melhor coordenação nesta área do que as raparigas. Por outro lado, quando comparamos os sexos nos indivíduos praticantes, as raparigas demonstram ter um índice de coordenação motora maior no que diz respeito à destreza manual e ao equilíbrio.

Quando comparei os índices de coordenação motora dos indivíduos praticantes e não praticantes, observei que apenas nas habilidades com bola existe uma diferença significativa a favor dos praticantes. Assim, posso concluir que na comunidade escolar onde estagiei, os indivíduos entre os 12 e os 14 anos não revelam diferenças significativas em relação aos índices de coordenação motora.

O facto de não ter verificado a influência da motivação na coordenação nos alunos, não invalida a veracidade o meu estudo. Em investigações futuras que envolvam as mesmas variáveis, a amostra deverá ser maior para que a base de dados existente contenha mais informação que possa ser comparada. A forma de avaliar a motivação deverá ser igual para todos os indivíduos, possibilitando a comparação entre todos. Os questionários que utilizei não foram os mais adequados, pois dividiram a amostra em praticantes e não praticantes. Assim, apenas pude comparar em grupos separados a influência da motivação na coordenação motora.

Para finalizar e perspetivando novas investigações que envolvem a coordenação motora, surgem novos dilemas que devem ser estudados e aprofundados. Seria interessante verificar num novo estudo o efeito da lateralidade, manual e podal, nos níveis de coordenação motora, bem como verificar diferenças entre os alunos federados e não federados.

## 5.7. BIBLIOGRAFIA

- American Journal of Human Biology (2012). “*Sedentarismo nas crianças leva a pior coordenação motora.*”, disponível em: <http://www.alert-online.com/pt/news/health-portal/sedentarismo-nas-criancas-leva-a-pior-coordenacao-motora;>
- Arends, R. (1995). *Aprender a Ensinar*. Lisboa: Porto Editora;
- Lopes, L., Lopes, V., Santos, R., Pereira, B., (2011). “*Associações entre actividade física, habilidades e coordenação motora em crianças portuguesas*”, disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbcdh/v13n1/03.pdf>;
- Matos, Z. (2012-2013). *Normas orientadoras do estágio profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário da Fadeup- 2012-2013*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto;
- Programa de Educação Física dos Ensinos Básicos. Organização Curricular e Programa. Direção Geral do Ensino Básico. Ministério da Educação.





## **6- CONCLUSÕES E PERSPETIVAS PARA O FUTURO**



*“Educação é aquilo que fica  
depois que você esquece o  
que a escola ensinou.”*

Albert Einstein.

Foi um ano inesquecível e um ano único. Foi sem dúvida o culminar de todos estes anos de estudo e de aprendizagem constante, onde o meu principal objetivo foi e sempre será chegar a ser um dia Professor de Educação Física. O sonho comanda a vida e é bem verdade. Foram várias as pedras que encontrei no meu caminho ao longo destes dezassete anos de formação, mas estas apenas serviram para eu evoluir e nunca desistir do meu sonho: ser professor.

Este ano foi um ano de trabalho árduo, em algumas alturas, de poucas horas de sono, de muitas horas a formular e a reformular. Foi um ano pautado por um misto de sentimentos que variaram entre a alegria e euforia, passando pela tristeza e frustração. Só agora, olhando para o caminho percorrido, consigo perceber o quanto mudei desde a primeira aula que lecionei e é ao identificar esta minha evolução progressiva que me tranquilizo, pois sei que estou mais preparado para enfrentar os desafios que surgirão no futuro. Cresci e aprendi muito mais este ano do que em toda a minha formação académica. Nunca tive, durante tanto tempo, um trato de obrigatoriedade que me fizesse crescer em termos de responsabilidade e disponibilidade. Esta experiência criou uma vontade enorme em exercer esta profissão no futuro com todo o meu coração, fez salientar ainda mais esta certeza que surgiu bem desde pequeno. Lamento, apenas o facto do cenário atual não estar bem pintado no que toca a oportunidades.

Desde o início do ano letivo que adotei por aconselhamento da professora cooperante e também pela política de ensino da FADEUP, uma postura reflexiva, na medida em que a prática reflexiva confere poder aos professores e proporciona oportunidades para o seu desenvolvimento. A reflexão após cada aula fez-me perceber onde errei, tentando criar estratégias para que os mesmos erros não voltassem a surgir. Concordo com Oliveira quando escreve: *“Os professores que refletem em ação e sobre a ação estão envolvidos num processo investigativo, não só tentando compreender-se a si próprios melhor como professores, mas também procurando melhorar o seu ensino”* (2012, p.7).

Outro aspeto que é importante salientar neste ano foi a transição de aluno para professor que foi mais difícil na fase inicial do estágio. Este confronto constante entre aluno e professor fez-me ver que ser professor é a personificada consciência do aluno. Em todas as minhas aulas e atuações, tentei sempre me colocar na pele do aluno, transmitindo a matéria de forma clara e sucinta para que eles percebessem. Nunca me limitei a transmitir apenas os conteúdos de Educação Física, mas procurei também, contribuir para a formação integral dos alunos.

Sei que a situação em realação à educação não está fácil, no entanto, não irei desistirs do meu sonho, tendo em prepetiva melhores dias. Tenciono ser professor durante muitos anos e acima de tudo fazer aquilo que sempre quis é lecionar.

Não posso terminar este RE sem falar nos meus alunos, na importância que eles tiveram neste percurso. Sem dúvida que contribuíram para que este ano fosse indubitavelmente, um ano cheio de aprendizagens. Tudo o que foi feito, todos os planeamentos realizados, todos os planos de aulas feitos e desfeitos, todas as horas mal dormidas, devido ao extenso trabalho, foram em prol dos meus alunos. Os primeiros são sempre especiais e, por esta razão, nunca os vou esquecer. As experiências que eles me proporcionaram durante e fora das aulas, fizeram com que eu evoluísse profissional e pessoalmente. Todos eles me marcaram, não só aqueles alunos que às vezes me faziam esmorecer com o seu mau comportamento, mas também aqueles alunos quase perfeitos que estavam sempre dispostos a aprender. A todos eles que foram os protagonistas deste processo, o meu muito obrigado, por terem feito tudo valer a pena!

## **7- SÍNTESE FINAL**



Sinto-me realizado. Chegou ao fim a última etapa da minha vida acadêmica, por um lado estou aliviado por ter terminado os meus estudos, mas por outro sinto-me triste, porque no fundo sei que ser estudante é um privilégio. Foram dezassete anos da minha vida a estudar e a lutar para conseguir alcançar todos os meus objetivos, mas também foram dezassete anos da minha vida a conhecer pessoas que agora são os meus verdadeiros amigos.

Este ano foi um ano cheio de experiências fantásticas, foi o culminar de tudo o que tinha aprendido até então e, desta forma, foi a meu ver, a cereja no topo do bolo. Foi um privilégio ter desempenhado a profissão de professor e ter contribuído com alguma coisa para a formação daqueles alunos que foram meus por um ano. Só por isso, tudo valeu a pena. Valeu a pena conciliar o trabalho com a faculdade e o voleibol e valeu a pena todas as noites em claro a fazer planos de aula ou a alterar planeamentos, pois a melhor recompensa era a satisfação com que os meus alunos acabavam as aulas de Ef.

O estágio fez-me crescer como pessoa, pois exigiu de mim mais responsabilidade e uma grande capacidade crítica/reflexiva acerca do meu trabalho. Esta capacidade ajudou-me a compreender e a aceitar as críticas que foram surgindo ao trabalho que realizei. Todas elas serviram para que fosse aperfeiçoando a minha atuação, nomeadamente no planeamento.

As atividades não letivas nas quais participei (torneios e REP's), tiveram uma grande influência no desenvolvimento das relações inter pessoais com os restantes elementos do grupo de EF, bem como com a restante comunidade escolar. Estes fatores foram fundamentais para a minha integração na escola.

Ao longo do ano, foram vários os conhecimentos que adquiri e me tornam num profissional de EF competente e detentor das diferentes matérias que fazem parte dos programas. É importante ter a noção de que qualquer professor deve estar em constante formação, devendo atualizar as suas metodologias, ferramentas, formas de organização e progressões, tendo sempre em conta a realidade onde se encontra.

Olhando para o caminho que percorri, faço um balanço bastante positivo da minha evolução enquanto professor do AVCR e aluno da FADEUP, deixando uma enorme saudade por todos os momentos que passei. Sem dúvida que os grandes protagonistas desta caminhada foram os meus alunos, pois tudo o que fiz foi em prol do seu sucesso. Verificar na chegada à meta todo o carinho que eles me transmitiram foi a prova de que o que fiz foi muito para além de lecionar, pois um bom professor tem de ser capaz de se relacionar com os seus alunos dentro e fora da sala de aula.





## **8- REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**



- Alarcão, I. (1996). *Formação Reflexiva de Professores: Estratégias de Supervisão*. Porto: Porto Editora.
- Braga, F. *Formação de professores e identidade profissional*. Coleção Nova Era: Quarteto.
- Matos, Z. (2012-2013). *Normas orientadoras do estágio profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário da Fadeup- 2012-2013*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Matos, Z., (2013). *Regulamento da Unidade Curricular do Estágio Profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em ensino da educação física nos ensinos básico e secundário da FADEUP*. Porto: Faculdade de Desporto – Universidade do Porto.
- Oliveira, I. (2012). *A reflexão e o professor como investigador*. Lisboa: Escola Superior de Educação de Lisboa.
- *Regulamento Geral dos Segundos Ciclos da Universidade do Porto*. Porto: Universidade do Porto;
- *Regulamento do 2º ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário*. Porto: Faculdade de Desporto – Universidade do Porto;
- Silva, R. (1995). *Coordenação motora: uma revisão de literatura*, disponível em <http://www.revistamineiradeefi.ufv.br/artigos/arquivos/c38587d3e9aded9210404da118680228.pdf> ;
- Zeichner, K. (1993). *A formação reflexiva de professores: Ideias e práticas*. Lisboa: Educa.





## ANEXO 1: FICHA DE CARATERIZAÇÃO INDIVIDUAL DO ALUNO

### Ficha de Caracterização Individual do Aluno

#### 1 – Dados Biográficos

Nome: \_\_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_ Data de Nascimento: \_\_\_\_\_

Nacionalidade: \_\_\_\_\_ Naturalidade: \_\_\_\_\_

Concelho: \_\_\_\_\_ Distrito: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Telefone/telemóvel: \_\_\_\_\_

Nome do Pai: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_

Profissão: \_\_\_\_\_ Contacto: \_\_\_\_\_

Habilitações Literárias: \_\_\_\_\_

Nome da Mãe: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_

Profissão: \_\_\_\_\_ Contacto: \_\_\_\_\_

Habilitações Literárias: \_\_\_\_\_

Encarregado Educação: Mãe \_\_\_\_ Pai \_\_\_\_ Outro \_\_\_\_

Se for outro, qual o parentesco: \_\_\_\_\_

Nome do Encarregado de Educação: \_\_\_\_\_

Profissão: \_\_\_\_\_ Contacto: \_\_\_\_\_

Habilitações Literárias: \_\_\_\_\_

#### 2 – Agregado Familiar

Onde moras? Apartamento \_\_\_\_ Moradia \_\_\_\_ Outro \_\_\_\_ Qual? \_\_\_\_\_

Com quem moras? \_\_\_\_\_

Número de irmãos? \_\_\_\_\_ Idade(s)? \_\_\_\_\_

### **3 – Dados Antropométricos/ Saúde/ Estilo de vida**

Peso (+/-)\_\_\_\_\_ Altura (+/-):\_\_\_\_\_

Pé dominante:\_\_\_\_\_ Mão dominante:\_\_\_\_\_

Já tiveste alguma lesão?\_\_\_\_\_ Se sim, qual?\_\_\_\_\_

Já foste operado?\_\_\_\_\_ Se sim, a quê?\_\_\_\_\_

Vês bem?\_\_\_\_\_ Se não, usas óculos?\_\_\_\_\_ Usas lentes?\_\_\_\_\_

Ouves bem?\_\_\_\_\_ Se não, usas algum aparelho auditivo?\_\_\_\_\_

Tens algum problema de saúde?\_\_\_\_\_ Se sim, qual?\_\_\_\_\_

Tens alguma doença impeditiva de realizar a aula de Educação Física?\_\_\_\_\_ Se sim, qual?\_\_\_\_\_

Quantas horas costumas dormir? Menos de 8h\_\_\_\_\_ 8h\_\_\_\_\_ Mais de 8h\_\_\_\_\_

Quantas refeições fazes por dia?\_\_\_\_\_

### **4 – Informação Desportiva**

Praticas alguma modalidade?\_\_\_\_\_ Se sim, qual?\_\_\_\_\_

És ou já foste federado em alguma modalidade? Se sim, qual?\_\_\_\_\_

Quantas vezes por semana praticas essa modalidade?\_\_\_\_\_

Alguém te influenciou para a prática dessa modalidade? Se sim, quem?\_\_\_\_\_

### **5 – Situação Escolar Anterior**

No ano letivo 2012/2013 frequentaste o Agrupamento Vertical Clara de Resende?\_\_\_\_\_ Se sim, qual a turma?\_\_\_\_\_

Já reprovaste?\_\_\_\_\_ Se sim, em que ano de escolaridade?\_\_\_\_\_

Como te deslocas para a escola?\_\_\_\_\_

Quanto tempo demoras?\_\_\_\_\_

Quais as tuas disciplinas preferidas?\_\_\_\_\_

Quais as disciplinas que menos gostas?\_\_\_\_\_

Na Educação Física, qual as modalidades que mais gostas?  
\_\_\_\_\_

Na Educação Física, quais as modalidades que menos gostas?  
\_\_\_\_\_

## ANEXO 2: QMAD

Antes de tudo, o nosso muito obrigado pela sua participação.

Este estudo inscreve-se no programa curricular da disciplina de Prática de ensino Supervisionada, do mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário do Instituto Universitário da Maia.

O questionário é anónimo, confidencial e de resposta voluntária.

De seguida, pede-se que lei cada uma das afirmações abaixo e **assinale 1, 2, 3, 4 ou 5** para indicar quanto cada afirmação se aplica a si. Não há respostas certas ou erradas. Não leve muito tempo para indicar a sua resposta em cada afirmação.

A classificação é a seguinte:

Nada Importante	Pouco Importante	Importante	Muito Importante	Totalmente Importante
1	2	3	4	5

### Eu pratico atividades desportivas para...

	Nada Importante	Pouco Importante	Importante	Muito Importante	Totalmente Importante
1 Melhorar as capacidades técnicas	1	2	3	4	5
2 Estar com os amigos	1	2	3	4	5
3 Ganhar	1	2	3	4	5
4 Descarregar energias	1	2	3	4	5
5 Viajar	1	2	3	4	5
6 Manter a forma	1	2	3	4	5
7 Ter emoções fortes	1	2	3	4	5
8 Trabalhar em equipa	1	2	3	4	5
9 Influência da família ou outros amigos	1	2	3	4	5
10 Aprender novas técnicas	1	2	3	4	5
11 Fazer novas amizades	1	2	3	4	5
12 Fazer alguma coisa em que sou bom	1	2	3	4	5
13 Libertar tensão	1	2	3	4	5
14 Receber prémios	1	2	3	4	5
15 Fazer exercício	1	2	3	4	5
16 Ter alguma coisa para fazer	1	2	3	4	5



17	Ter ação	1	2	3	4	5
18	Espírito de equipa	1	2	3	4	5
19	Pretexto para sair de casa	1	2	3	4	5
20	Entrar em competição	1	2	3	4	5
21	Ter a sensação de ser importante	1	2	3	4	5
22	Pertencer a um grupo	1	2	3	4	5
23	Atingir um nível desportivo mais elevado	1	2	3	4	5
24	Estar em boa condição física	1	2	3	4	5
25	Ser conhecido	1	2	3	4	5
26	Ultrapassar desafios	1	2	3	4	5
27	Influência dos treinadores	1	2	3	4	5
28	Ser reconhecido e ter prestígio	1	2	3	4	5
29	Divertimento	1	2	3	4	5
30	Prazer na utilização das instalações e material desportivo	1	2	3	4	5

**Idade:** \_\_\_\_ anos

**Sexo:** Masculino ☐ Feminino ☐

**Ano escolaridade:** 7º ano ☐ 8º ano ☐ 9º ano ☐

**Obrigado pela sua colaboração!**

## ANEXO 3: IMAD

Antes de tudo, o nosso muito obrigado pela sua participação.

Este estudo inscreve-se no programa curricular da disciplina de Prática de ensino Supervisionada, do mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário do Instituto Universitário da Maia.

O questionário é anónimo, confidencial e de resposta voluntária.

De seguida, pede-se que leia cada uma das afirmações abaixo e assinale 1, 2, 3, 4 ou 5 para indicar quanto cada afirmação se aplica a si. Não há respostas certas ou erradas. Não leve muito tempo para indicar a sua resposta em cada afirmação.

A classificação é a seguinte:

Discordo Plenamente	Discordo	Nem Discordo, Nem concordo	Concordo	Concordo plenamente
1	2	3	4	5

*Eu não pratico atividades desportivas porque...*

	Discordo Plenamente	Discordo	Nem Discordo, Nem concordo	Concordo	Concordo plenamente
1 Falta de interesse, de vontade	1	2	3	4	5
2 Falta de instalações desportivas	1	2	3	4	5
3 Falta de tempo	1	2	3	4	5
4 Falta de treinadores/professores	1	2	3	4	5
5 Falta de equipamento pessoal	1	2	3	4	5
6 O trabalho não permite	1	2	3	4	5
7 Por motivos de saúde	1	2	3	4	5
8 Não gosto de desporto	1	2	3	4	5
9 Há poucas possibilidades de prática	1	2	3	4	5
10 Os pais não deixam/ apoiam a prática	1	2	3	4	5
11 Tenho outras coisas para fazer	1	2	3	4	5
12 Falta de hábitos desportivos	1	2	3	4	5
13 O desporto é "aborrecido", "maçador" e "chato"	1	2	3	4	5
14 Por razões económicas (falta de dinheiro)	1	2	3	4	5
15 As instalações desportivas ficam longe	1	2	3	4	5

16	Há poucas pessoas interessadas	1	2	3	4	5
17	Os horários disponíveis das instalações não são adequados	1	2	3	4	5
18	Por vergonha dos outros	1	2	3	4	5
19	Falta de jeito	1	2	3	4	5
20	As modalidades existentes não são as que mais gostam	1	2	3	4	5
21	Acham que não são bons a praticar desporto	1	2	3	4	5
22	Porque existe violência no desporto	1	2	3	4	5
23	Não gosto dos treinadores/professores	1	2	3	4	5
24	Não sei jogar	1	2	3	4	5
25	Não gosto de me submeter ao esforço físico	1	2	3	4	5
26	Tem uma má condição física	1	2	3	4	5
27	Os amigos também não praticam	1	2	3	4	5
28	Tenho medo ou receio de fazer mal	1	2	3	4	5
29	Tenho medo de me aleijar	1	2	3	4	5
30	Falta de informação	1	2	3	4	5
31	O desporto não traz benefícios	1	2	3	4	5
32	Não quero mudar o meu "visual" (ficar magro, com músculos)	1	2	3	4	5
33	Falta de apoios, subsídios	1	2	3	4	5
34	Por causa do meu "visual" (sou gordo ou muito magro)	1	2	3	4	5
35	Por causa da idade	1	2	3	4	5
36	Por preguiça	1	2	3	4	5
37	Porque não me sinto bem a praticar (sinto-me rejeitado...)	1	2	3	4	5
38	Não gosto de confronto físico	1	2	3	4	5
39	Falta de iniciativas desportivas por parte da autarquia	1	2	3	4	5

Idade: \_\_\_\_ anos

Sexo: Masculino ☐ Feminino ☐

Ano escolaridade: 7º ano ☐ 8º ano ☐ 9º ano ☐

**Obrigado pela sua colaboração!**